



# ગીતાસ્વાધ્યાય

લેખક

ઝવેરભાઈ પુરુષોત્તમ પટેલ



પ્રકાશક

ઝવેરભાઈ પુરુષોત્તમ પટેલ  
૧૪, પ્રજ્ઞા સોસાયટી, નવરંગપુરા,  
અમદાવાદ-૯

પ્રથમ આવૃત્તિ ૧૯૮૩  
પ્રત ૧૦૦૦

શ્રી ગૌતમ ઝવેરભાઈ પટેલ  
તરફથી  
ભેટ પુસ્તક

મુદ્રક

ગોપાલ પ્રિન્ટર્સ  
જૂના લાટી બજાર, અમદાવાદ-૨૨

## પ્રસ્તાવના

૧૯૮૨માં મિતભાષી, ઉદારમના ચિ. ગૌતમના સહ-વાસમાં છ માસ ગાળવાના મળ્યા. એનું મિત્રવૃંદ દર પંદર દિવસે એક વાર ભજન કીર્તન માટે મળતું, તેમાં ભળવાનું મને સહજ પ્રાપ્ત થયું. એ મિત્રોનો મને ગાઢ પરિચય થવા માંડ્યો. મારાં ગીતાનાં બે પુસ્તકો ‘ગીતાનું માર્ગદર્શન’ અને ‘લોક ગીતા’ એમાંનાં બે ત્રણ ભાઈ બહેનો વાંચતાં હતાં. એક મિત્રે કહ્યું ‘તમારાં ગીતાનાં પુસ્તકો વાંચીએ છીએ પણ હવે તમે જાતે અમને ગીતા સમજાવો. એમની જિજ્ઞાસા તીવ્ર હતી. આ મિત્રોને અહિંની પરિસ્થિતિમાં સાધના કેવી રીતે કરવી એની સુઝવણુ રહેતી. રોજની પ્રવૃત્તિમાં તેઓ વ્યસ્ત રહેતા તેથી સંક્ષેપમાં અને સરળ રીતે ગીતાનું તાત્પર્ય રજૂ કરવામાં આવે તેવી જરૂર હતી. મિત્રોની જરૂરિયાતને ધ્યાનમાં રાખીને ગીતાના હાઈને રજૂ કરવાનો મેં પ્રયત્ન કર્યો છે.

ગીતાનું હાઈ જીવનો શિવ થવાની કળા કે સાધના શીખવામાં રહેલું છે. તે દષ્ટિએ શિવનાં સત્ ચિત્ આનંદ એ ત્રણે અંગોનું સ્વરૂપ અને શિવનો જીવ થવામાં એ ત્રણે અંગોની ઊતરતી જતી કેટિ અને કક્ષાની પ્રક્રિયા બતાવતો તથા એ જ રીતે જીવને શિવ થવા માટે ત્રણે અંગોની ચઢતી જતી કેટિ અને કક્ષા બતાવતો નકશો દોરવામાં આવ્યો છે. આ ત્રણે અંગો એક જ તત્ત્વનાં પરસ્પર સંકળાયેલાં એવાં અભિન્ન તત્ત્વો હોવાથી ત્રણેને એકી સાથે ઉપર ઉઠાવવાનાં હોય છે. એટલે કે જીવનો શિવ

થવામાં કર્મ, જ્ઞાન, લક્ષિતા ત્રિમાર્ગની એકી સાથે સમન્વિત રીતે સાધના કરવાની હોય છે. આમ, શિવ-જીવ સંબંધ, કર્મ, જ્ઞાન, લક્ષિતા ત્રિમાર્ગ અને ત્રિમાર્ગની સમન્વિત સાધના એમ પાંચ સ્વાધ્યાયમાં ગીતાનું તત્ત્વજ્ઞાન રજૂ કરવામાં આવ્યું છે.

પણ તત્ત્વજ્ઞાન સમજવાથી જીવનો શિવ થવાનું નથી. તે માટે જીવે શિવ સાથે જીવન્ત સંબંધ પ્રસ્થાપિત કરવો રહ્યો અને તત્ત્વજ્ઞાનને જીવનમાં ઉતારવા માટે પ્રત્યક્ષ સાધના કરવી રહી. આ સાધનાની રૂપરેખા બીજા પાંચ સ્વાધ્યાયમાં દોરવામાં આવી છે. પરિણામે ગીતા સ્વાધ્યાયનું આ નાનકડું પુસ્તક તૈયાર થયું છે જેનું શ્રેય આ મિત્રવૃંદને ફાળે જાય છે. આ સ્વાધ્યાયમાં મારું ગીતા-મંથન વધ્યું એનો મને સંતોષ છે.

૧. શિવ-જીવ સંબંધ

૨. ગુણોત્કર્ષ યોગ

૩. શ્રેય યોગ

૪. શરણુ યોગ

૫. સમન્વય યોગ

૬. કુંડલિની-જાગૃતિ યોગ

૭. સાધના-પથ

(અ) અભ્યાસ યોગ (રાજયોગ)

(બ) ત્રિવિધ ધ્યાન

(૧) હૃદયની અભ્યર્થના

(૨) ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન

(૩) શિવોડકું ધ્યાન

ઝવેરભાઈ પટેલ

## ગીતાસ્વાધ્યાય

### ૧. શિવ-જીવ સંબંધ

સત્ ચિત્ એ સિદ્ધાન્તી એક એક બાબુ  
એક બાબુ જ્ઞાનની ને શક્તિની બીજી;  
ગરમી પ્રકાશથી નથી જેમ લિન્ન,  
ચિત્ શક્તિ જ્ઞાનથી નથી તેમ લિન્ન. ૧

સંતાર્ધને સત્-જ્ઞાન આત્મા બને છે  
ચિત્-શક્તિ જ્ઞાનથી બુદ્ધિ પડે છે,  
જ્ઞાનની ને શક્તિની કક્ષા ઊતરે છે,  
આત્મા નિવૃત્તિમેય જ્ઞાની બને છે. ૨

સંતાર્ધને ચિત્-શક્તિ નીચે ઊતરે છે  
મમૈવાંશ તે આમ જીવ પ્રગટે છે,  
ગુણમયી માયામાં રૂબેલો રહે છે  
સ્મૃતિભ્રષ્ટ સંપૂર્ણ થઈને રહે છે. ૩

લિલ્લુને જોળવા જીવની મદદમાં  
સાત્ત્વિક બુદ્ધિ ઉચ્ચાલન બને છે,  
વકીલ મટી ન્યાયાધીશ બને છે,  
આત્મપ્રકાશનાં કિરણો ઝીલે છે. ૪

ગુણોથી ધૂટવું એ મોક્ષ-નિર્વાણ છે  
 સત્ત્વ રજ તમ એ સ્વભાવમાં સમાય છે;  
 આત્મા-સ્વભાવનો સંબંધ સ્થપાય છે,  
 જીવ સાક્ષીરૂપ ઉપદ્રષ્ટા બને છે. ૫

કર્તુમ્-અકર્તુમ્ વિકર્તુમ્ સમર્થ  
 ચેતના-ગુણોનું રૂપાંતર કરીને,  
 માટીથી મર્દો-વિભૂતિઓ બનાવી  
 જગ-વિકાસ લીલાનો આનંદ માણે છે. ૬

સત્ત્વો છે જ્ઞાનયોગ ચિત્ત કર્મયોગ  
 આનંદનો ભક્તિયોગ પ્રેરણાનો સ્રોત,  
 કલેશમય જ્ઞાનયોગ દિલને કઠે છે  
 ભક્તિયોગ અવ્યય-સુસુખ નીવડે છે. ૭

લોકનો સંગ્રહ છે ચિત્ત શક્તિનું કર્મ  
 સર્વ-ભૂત-હિત વળી આત્માનું કર્મ,  
 ગુણોત્કર્ષ મુખ્ય છે જીવાત્માનું કર્મ  
 કર્મ-જ્ઞાન-ભક્તિ સમન્વિત યોગ. ૮

૦

૦

૦

सत्



आत्मा



जीव



ning

er

कर्तुम्

प्रह

भोक्ता

ation

रत ।

कर्ण

अदि

आत

गच्छन्ति

या :

owers

आनन्द

सिद्धि → मुक्ति

शुद्धि → मुक्ति

गुणमुक्ति — निर्वाण

विकृत रस

विकारान् च गुणान् चैव

विद्धि प्रकृति संभवान् ॥

कारणं गुणसङ्गोऽस्य

सद्-असद् येनि-जन्मसु ॥

भक्तियोग = रस शुद्धि

सुसुख अव्यय = पाणवु

रसशुद्धि भाटे आधार भजे

भीरां लागे रंग हरि

औरन सण रंग छट्ठी परी





વિવિધ રચના કરી અનેક રસ લેવાને,  
શિવ થકી જીવ થયો એ જ આશો.

ભગવાને જ્યારે પોતાના સ્વરૂપને વ્યક્ત કરવાની  
લીલા આદરી ત્યારે સંતાકુકડીની રમત માંડી. એ રમતમાં  
ભગવાને પોતાના સત્ ચિત્ આનંદ ના અંશોને બુદ્ધા  
પાડી નીચેની કક્ષાએ ઉતાર્યા. સત્(પરમાત્મા)ને નીચે  
ઉતારી આત્મા અને જીવ પેદા કર્યા અને એ જ ક્રમમાં  
પુરુષનું જ્ઞાન અથવા અવસ્થા-ભાન ઊતરતી કેટલિનાં બનતાં  
ગયાં. વળી આ ખેલમાં પોતાની પ્રકૃતિને - મદ્ભાવને સ્વભાવઃ  
માં ઉતારી તે પછી ભાવાઃ ની કક્ષાએ ઉતારી દીધી. મદ્ભાવ-  
માં પુરુષ ને પ્રકૃતિ એકરૂપ હોય છે. સ્વભાવમાં પુરુષ  
પ્રકૃતિથી પોતાને વિભક્ત થએલો અનુભવે છે અને ભાવાઃ  
માં પુરુષ પ્રકૃતિમાં ખેડૂલો, પ્રકૃતિમય બનેલો રહે છે.  
ઈશ્વર કર્તુમ્ અકર્તુમ્-વિકર્તુમ્ સમર્થઃ પોતાના અવસ્થા-ભાનને  
અને પોતાની પ્રકૃતિ-શક્તિને મર્યાદિત બનાવવાની માયા  
શક્તિ ધરાવે છે.

સંતાકુકડીમાં મદ્ભાવઃ → સ્વભાવઃ → ભાવાઃનો ઊતરતો ક્રમ  
એ સંતાવાનો ખેલ છે તો ભાવાઃ → સ્વભાવઃ → મદ્ભાવઃ એ ચઢતા  
ક્રમમાં ભિલ્લુને ખોળી કાઢવાનો ખેલ છે. એ જ રીતે જીવ-  
દશાના ભાનમાંથી આત્મજ્ઞાન મેળવવાનું ને તે પછી  
પરમાત્મા-અવસ્થાનું ભાન મેળવવાનું હોય છે.

આત્મનિ અથો મયિ ।

ચિત્-શક્તિના જ્ઞાન અને શક્તિના અંશોને ભગવાને લીલા માટે છૂટા પાડ્યા; તેથી પ્રકૃતિમાં ત્રિગુણમયી માયા-વિકારી ગુણો પેદા થયા.

એ જ રીતે રમતમાં ભગવાન શિવ થકી જીવ થયા; તેમાં જીવનો સંકુચિત અહંભાવ ઊભો થયો. જે ક્ષણે આત્મતત્ત્વમાંથી જીવ જુદો પડે છે - અવિમક્તશ્ચ મૃતેષુ વિમક્તમિવ ચ સ્થિતઃ । - પોતાનું જુદું અસ્તિત્વ ગણતો થાય છે, પ્રકૃતિને પોતાની આગવી બનાવે છે તે જ ક્ષણથી તેનું ભાન મર્યાદિત બને છે. એ જુદા અસ્તિત્વની ભાવનામાંથી, જુદા પડવાની અને વ્યક્તિ તરીકે જીવવાની ઇચ્છામાંથી જ પરિચિહની, વસ્તુઓ પર માલિકી ભોગવવાની, વસ્તુઓને ભોગવવાની તેની ભૂમિકા રચાય છે. જુદાપણાની ભાવના- અહંભાવ ખરી પડે ને જીવ આત્મતત્ત્વ સાથે સમરસ બની જાય તો ભોગો ભોગવવાપણું તેને રહેતું નથી; પ્રકૃતિથી આત્મા છૂટો પડી જાય છે, માત્ર ઉપદ્રષ્ટા કે સાક્ષીરૂપ બની જાય છે. તેથી જ વિકારી ગુણોના પ્રભાવમાંથી જીવને છોડાવવા માટે અહંભાવ નો નાશ થવો જોઈએ - સર્વમૂતાત્મભાવ ની અનુભૂતિ થવી જોઈએ.

તત્ર કો મોહઃ કઃ શોકઃ એકત્વમનુષયતઃ ।

ગીતા જીવનો શિવ બનવાની યુક્તિ કે યોગ શીખવે છે. જીવનું શિવ થવું ને શિવનું જીવ થવું એ સંગીતના સ્વરોના આરોહ-અવરોહ જેવી પ્રક્રિયા છે.

સા રે ગ મ પ ધ ની સા

સા ની ધ પ મ ગ રે સા

સ્વરો એના એ જ પણ સ્વરોના ચઢાવ-ઉતારની જ ખૂબી છે. જીવનો શિવ બનાવતાં સ્વરોને ચઢાવવાના હોય છે; જીવે પ્રથમ આત્માકક્ષાએ પહોંચવાનું હોય છે ને પછી પરમાત્માવસ્થાએ પહોંચવાનું હોય છે. આત્મનિ અયો મયિ ।

એજ રીતે પ્રકૃતિએ માવા:→સ્વમાવ:→મદ્માવ: ના ક્રમે ચઢવાનું હોય છે.

ત્રણ પુરુષની કલ્પના એ ગીતાના તત્ત્વજ્ઞાનનો પાયો છે. આ ત્રણ પુરુષો એકબીજાથી સ્વતંત્ર નહિ, પણ એક જ તત્ત્વની—એક જ પુરુષની ત્રણ અવસ્થાઓ છે. સૌથી નીચલી અવસ્થાનો જીવ મમૈવાંશઃ પરમાત્માનો જ અંશ છે. જીવો વ્રજૈવ નાપરઃ । પણ જીવ ત્રિગુણમયી પ્રકૃતિ સાથે તદ્રૂપ થયેલો હોય છે. જીવ પરમાત્માનો અંશ હોઈ પોતાના અસલી સ્વરૂપનું લાન પણ તેને આંશિક જ હોય છે. જીવથી ઉપરની આત્માવસ્થામાં તે પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓમાં સંડોવાતો નથી, પ્રકૃતિથી અલિપ્ત-સાક્ષીરૂપ રહે છે. આમ જીવ પ્રકૃતિમાં પ્રવૃત્ત રહે છે ત્યારે આત્મા પ્રકૃતિથી નિવૃત્ત થઈને વર્તે છે. કર્મણિ અકર્મ યઃ પश्यેત્ । છતાં પોતે નિવૃત્ત-અલિપ્ત રહીને પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓને ચાલવા દે છે, તેથી તે અકર્મણિ ચ કર્મ યઃ । ની સ્થિતિ ભોગવે છે. પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓના કશા સંસ્કાર તેના પર પડતા નથી. આ રીતે જોતાં

જીવ દશામાં સાત્ત્વિક કર્મો પણ સકામ કર્મો હોય છે. નિષ્કામ કર્મો કરવાં એટલે જ ઉપદ્રષ્ટા તરીકે પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓને ચાલવા દેવી.

પ્રકૃતિથી છૂટવું—પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓના સંસ્કાર ન પડે એ અવસ્થાને મોક્ષ કે નિર્વાણ કહે છે. નિર્વાણ—અવસ્થા એ ઉપદ્રષ્ટા—અવસ્થા છે. પણ નિર્વાણ એ અધૂરી—વચલી અવસ્થા છે. આત્માવસ્થામાં પુરુષ પ્રકૃતિથી માત્ર અલિપ્ત થઈ શકે છે, પ્રકૃતિ સાથે પુરુષનો સમન્વય થતો નથી. એ સમન્વય સત્ ચિત્ આનંદ સ્વરૂપમાં જ સધાય છે, પુરુષોત્તમ અને મદ્માવ બન્ને એકરૂપ બને છે; તેમાં કર્મ, જ્ઞાન, લક્ષિત સમરસ બને છે. એને જ ગીતા પુરુષોત્તમ-યોગ, પૂર્ણ-યોગ કહે છે. આત્મા અને પુરુષોત્તમની ઉત્તરોત્તર ચઢતી અવસ્થાઓનો પરિચય ગીતાએ એક જ વાક્યમાં આપી દીધો છે:

ઉપદ્રષ્ટાઽનુમન્તા ચ મર્તા મોક્તા મહેશ્વરઃ ।

આત્મા પ્રકૃતિના વિકારોથી માત્ર મુક્ત બને છે, પણ મહેશ્વર પ્રકૃતિનો સ્વામી બની લોકસંચાર્યો—જગતના વિકાસના હેતુ માટે તેનો સંવાદી ઉપયોગ કરે છે. પુરુષોત્તમ સ્વરૂપને ઓળખતો—સમજતો પુરુષ

સ સર્વવિદ્ ભજતિ મામ્ સર્વભાવેન ભારત । ।

જીવ શિવ થઈ શકે છે કેમ કે જીવ એ શિવના અંશરૂપે જ અવતર્યો છે, શિવની ભલે અંશરૂપે પણ

બધી જ શક્તિઓ સાથે અવતર્યા છે. અંશરૂપે તે ઉપદ્રવ્યાનુમન્તા ચ મર્તા મોક્ષા મહેશ્વરઃ છે. તેથી તે ક્રમે ક્રમે ઉપદ્રવ્યા અનુમન્તા ને પછી મર્તા મોક્ષા મહેશ્વરઃ બની શકે છે. આ આરોહણી પ્રક્રિયા માટે એક જ શરત છે. જીવ પ્રકૃતિમાં રૂબેલો, સંડોવાયેલો રહે છે તેમાંથી તે ઉપર ઊઠે, અને પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓને સાક્ષીરૂપ બની તટસ્થતાથી જોતો-નિહાળતો થાય.

પણ પ્રકૃતિમાં સંડોવાયેલો જીવ પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠે કઈ રીતે ? સાત્ત્વિક બુદ્ધિ એ પ્રક્રિયાનું ઉચ્ચાલન બને છે, પણ કેવળ બુદ્ધિ કે માનસિક સાધના બહુ મર્યાદિત તાકાત પૂરી પાડે છે, ઉપર ઊઠવાની પ્રક્રિયાને વેગ આપી તેને પરિપૂર્ણ કરવા માટે તો જીવે પોતે એવા તત્ત્વ સાથે અનુસંધાન કરવું જોઈએ જે તત્ત્વ પોતે જ સ્વયંપૂર્ણ હોય એટલે કે જીવે આત્મા અને પરમાત્મા સાથે જ યુક્ત થવું જોઈએ યુક્ત આસીત મત્સરઃ । આપણા સમગ્ર જીવનને-બુદ્ધિ, મનોબળ, ભાવના એ બધાં અંગોને સર્વભાવેન આત્મા-પરમાત્મા તરફ વાળવાં જોઈએ, પરમાત્મા સાથે જોડવાં જોઈએ. આ જ ગીતાનો યોગ, એ જ ગીતાનો ધ્રુવમંત્ર.

यत्करोषि यदइनासि यज्जुहोसि ददासि यत् ।

यत् तपस्यसि कौन्तेय ! तत्કुरुष्व मदर्पणम् ॥

તારી બધી જ પ્રવૃત્તિઓને મને-પરમાત્માને પહોંચવાના ધ્યેય તરફ વાળ. પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠવું, તેના

પાશમાંથી મુક્ત થવું એ તો યોગની માત્ર શરૂઆત જ છે, સમગ્ર યોગ તો જીવે સંપૂર્ણ શિવ થવું, સમ્યક્દાનંદનાં ત્રણે અંગો-સત્-જ્ઞાન, ચિત્-પ્રકૃતિ અને આનંદ-રસશુદ્ધિ સાથે તદ્રૂપ થવું એમાં સમાયેલો છે. આ સમગ્ર યોગ એ જ્ઞાન કર્મ, ભક્તિનાં ત્રણે અંગોને સર્વમાત્રેન સમન્વિત રીતે પરમાત્મા તરફ વાળવાનો ને પરમાત્માની કક્ષાએ પહોંચવાનો યોગ છે.

મદ્ભાવમાગતાઃ । મમ સાધર્મ્યમાગતાઃ ।

જીવની પ્રકૃતિ મારી પ્રકૃતિનું રૂપ ધારણ કરે છે, જીવ બધી રીતે મારા સ્વરૂપને પામે છે.

ગીતા અધ્યાય ૧૫

ऊर्ध्वमूलम् अधःशाखम् अश्वत्थं प्राहुर् अव्ययम् ।  
छंदांसि यस्य पर्णानि यम् न वेद स वेदवित् ॥ ૧

अधश्च चोर्ध्वं प्रसृतास् तस्य शाखाः(ः)

गुणप्रवृद्धा विषयप्रवालाः ।

अधश्च मूलान्यनुसंततानि

कर्मानुबन्धीनि मनुष्यलोके ॥ ૨

न रूपम् अस्येह तथोपलभ्यते

नान्तो न चादिर् न च संप्रतिष्ठा ।

अश्वत्थम् एनं सुविहृदमूलम्

असंगशस्त्रेण दृढेन छित्वा ॥ ૩

ततः पदं तत् परिमार्गितव्यम्  
 यस्मिन् गता न निवर्तन्ति भूयः ।  
 तम् एव चाद्यं पुरुषं प्रपद्ये  
 यतः प्रवृत्तिः प्रसूता पुराणी ॥

निर्मानमोहा जितसङ्गदोषाः  
 अव्यात्मनित्या विनिवृत्तकामाः ।  
 द्वन्द्वैर् विमुक्ताः सुखदुःखसंश्रितौ  
 गच्छन्त्यमूढाः पदम् अव्ययं तत् ॥

न तद् भासयते सूर्यो न शशाङ्को न पावकः ।  
 यद् गत्वा न निवर्तन्ते तद् धाम परमं मम ॥

ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः ।  
 मनः पष्ठानीन्द्रियाणि प्रकृतिस्थानि कर्षति ॥

शरीरं यद् अवाप्नोति यच्च चाप्युत्क्रामतीश्वरः ।  
 गृहीत्वैतानि संयाति वायुर् गन्धान् इवाशयात् ॥

श्रोत्रं चक्षुः स्पर्शनं च रसनं घ्राणम् एव च ।  
 अधिष्ठाय मनश्चायम् विषयान् उपसेवते ॥

उत्क्रामन्तं स्थितं वाऽपि ज्ञानं वा भुङ्गुणान्वितम् ।  
 विमूढा नानुपश्यन्ति पश्यन्ति ज्ञानचक्षुषः ॥

यतन्तो योगिनश्चैनम् पश्यन्त्यात्मन्यवस्थितम् ।  
 यतन्तोऽप्यकृतात्मानो नैनं पश्यन्त्यचेतसः ॥



यद् आदित्यगतं तेजो जगद् भासयतेऽखिलम् ।  
यच्च चन्द्रमसि यच्च चाग्नौ तत् तेजो विद्धि मामकम् ॥ १२

गाम् आविश्य च भूतानि धारयाम्यहम् ओजसा ।  
पुष्णामि चौषधीः सर्वाः सोमो भूत्वा रसात्मकः ॥ १३

अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहम् आश्रितः ।  
प्राणापानसमायुक्तः पचाम्यन्नं चतुर्विधम् ॥ १४

सर्वस्य चाहं हृदि सन्निविष्टो  
मत्तः स्मृतिर्ज्ञानम् अपोहनं च ।  
वेदैश्च सर्वैरहम् एव वेद्यो  
वेदान्तकृद् वेदविद् एव चाहम् ॥ १५

द्वाविमौ पुरुषौ लोके क्षरश्च चाक्षर एव च ।  
क्षरः सर्वाणि भूतानि कूटस्थोऽक्षर उच्यते ॥ १६

उत्तमः पुरुषस्त्वन्यः परमात्मेत्युदाहृतः ।  
यो लोकत्रयम् आविश्य विभर्त्यव्यय ईश्वरः ॥ १७

यस्मात् क्षरम् अतीतोऽहम् अक्षराद् अपि चोत्तमः ।  
अतोऽस्मि लोके वेदे च प्रथितः पुरुषोत्तमः ॥ १८

यो माम् एवम् असंमूढो जानाति पुरुषोत्तमम् ।  
स सर्वविद् भजति माम् सर्वभावेन भारत ! ॥ १९

इति शुद्धतमं शास्त्रम् इदम् उक्तं मयानघ ! ।  
एतद् बुद्ध्वा बुद्धिमान् स्यात् कृतकृत्यश्च भारत ! ॥ २०

ભાંચે મૂળ, તળે ડાળો, શ્રુતિઓ પાંદડાં કહ્યાં;  
એ અવિનાશ અશ્વત્થ જાણે, તે વેદ જાણતો.

૧

ભાંચે-તળે ડાળ-પસાર તેનો  
ગુણે વધ્યો, ભોગથી પાલવ્યો જે;  
નીચે, વળી, માનવલોક માંહી  
મૂળો ગયાં, કર્મ વિશે ગુંથાયાં.

૨

તેનું જગે સત્ય ન રૂપ ભાસે,  
ન આદિ, અંતે નહિ કોઈ પાયો,  
હૈ તીવ્ર વૈરાગ્યતાણી કુહાડી,  
અશ્વત્થ આયો દઢમૂળ તોડ.

૩

શોધી પછી તે પદને પ્રયત્ને,  
જ્યાં પહોંચનારા ન પડે ફરીથી.  
તે પામવું આદિ પરાત્મ રૂપ,  
પ્રવૃત્તિ જ્યાંથી પ્રસરી અનાદિ.

૪

નિર્માન, નિર્મોહ, અસંગવૃત્તિ  
અધ્યાત્મનિષ્ઠા નિત, શાંતકામ  
છૂટેલ કન્ઠ સુખદુઃખરૂપી  
અમૂઢ તે અવ્યય ધામ પામે.

૫

ન પહોંચે સૂર્યનું તેજ, અંદરનું કે ન અગ્નિનું,  
જ્યાં પહોંચી ન ફરે પાછા તે મારું ધામ ઉત્તમ.

૬

મારો જ અંશ સંસારે જીવરૂપ સનાતન  
જેએ પ્રકૃતિમાંથી તે મન ને પાંચ ઇન્દ્રિયો. ૭

જેમ વાયુ ગ્રહે ગંધ વસ્તુનો નિજ સાથમાં,  
તેમ દેહી ગ્રહે આ સૌ ધારતાં-છેડતાં તનુ. ૮

આંખ, કાન, ત્વચા, નાક જીભ ને છઠું તો મન,  
અધિષ્ઠાતા થઈ સૌનો દેહી વિષય ભોગવે. ૯

નીકજે કે રહે દેહે, ભોગવે ગુણ સાથ વા,  
મૂઠો ન દેખતા એને, દેખે છે જ્ઞાનચક્ષુના. ૧૦

રહેલો હૃદયે તેને દેખે યોગી પ્રયત્નવાન;  
હેયાસૂના, અશુદ્ધાત્મા, ન દેખે ચત્નથીય તે. ૧૧

તેજ આદિત્યમાંનું જે પ્રકાશે વિશ્વ સર્વને,  
ચંદ્રે જે અગ્નિમાંયે જે, મારું જ તેજ જાણુ તે. ૧૨

ધરતીમાં ઊતરી ધારું ભૂતોને મુજ શક્તિથી;  
પોષું છું ઔષધી સર્વે થઈ સોમ, રસે ભર્યો. ૧૩

હું જૈશ્વાનર રૂપે સૌ પ્રાણીના દેહમાં રહ્યો,  
પ્રાણાપાન કરી યુક્ત પચાવું અન્ન ચોવિધ. ૧૪

શિવ-જીવ સંબંધ

નિવાસ સૌનાં હૃદયે કરું હું,  
 હુંથી સ્મૃતિ, જ્ઞાન તથા વિવેકઃ  
 વેદો બધાનું હું જ એક વેદ,  
 વેદાન્તકર્તા હું જ વેદવેતા. ૧૫

એ છે આ પુરુષો વિશ્વે ક્ષર-અક્ષર અર્જુન  
 ક્ષર તે સઘળાં ભૂતો, નિત્યને અક્ષર કહ્યો. ૧૬

પોષે ત્રિલોકને વ્યાપી જે અવિનાશ ઈશ્વર,  
 પરમાત્મા કહ્યો તેને, ત્રીજો પુરુષ ઉત્તમ. ૧૭

ક્ષરથી પર છું હું ને અક્ષરથીય ઉત્તમ;  
 તેથી હું લોક ને વેદે વર્ણ્યો પુરુષોત્તમ. ૧૮

જે અમૂઢ મને આમ જાણે છે પુરુષોત્તમ,  
 તે સર્વજ્ઞ મને પાર્થ ! ભજે છે સર્વભાવથી. ૧૯

અત્યંત ગૂઢ આ શાસ્ત્ર તને, નિષ્પાપ ! મેં કહ્યું;  
 તે જાણી ખુદ્ધિને પામી કૃતાર્થ બનવું ઘટે. ૨૦



## ૨. ગુણોત્કર્ષના ઉપાયો

પ્રેય કે શ્રેયનું ધ્યેય નક્કી કરો.  
પ્રેયને મંદ, શ્રેય ધીર ચાહો,  
શ્રેય માટે કરો યુદ્ધ થાક્યા વિના  
અલ્પ સંતોષ ત્યાં કામ ના'વે. ૧

દેહને સમજ તું ધર્મનું સાધન  
નથી એ સાધ્ય કે ભોગ-સાધન;  
સાધ્ય-સાધન તણો ભેદ સમજાય તો  
જીવની સાધના સુગમ થાયે. ૨

ખુદને ભૂલીને દેહ વહાલો કર્યો  
જીવનો એ જ અપરાધ મોટો;  
દેહ છે જીવનું ખેલ-મેદાન પણ  
બન્યો એ પિંજરું જીવ કેરું. ૩

ઇન્દ્રિયો ખુદના બળવે ધર્મ જે  
જીવ શું કામ તેમાં ફસાયે ?  
ભોગનું ધ્યાન જો અહોનિશ આદરે  
જીવ વધુ ને વધુ સંડોવાયે. ૪

ભોગ વાગોળવા એ જ છે લપસણું,  
ધસારો આવતાં તુરત ખાળો;  
શરીરને રથ ગણી જીવને સારથી  
ઘોડલાને લગામે હુંકારો ૫

ગુણોત્કર્ષના ઉપાયો

યુક્ત-આહાર ને યુક્ત-વિહારથી  
યોગની સાધના સુગમ થાયે;  
સ્વાદ-વિકાર વશ ખાણીપીણી થતાં  
યોગની સાધના દુઃખદ થાયે.

૬

તુજમાં હુખાડ એ સૂત્રનો મર્મ છે  
રોજેરોજ ઘટે સ્વાર્થવૃત્તિ;  
કાઠ સરગૈયું ફૂળીને અંતર મહીં  
મનોરથો કાર્યસિદ્ધિ કરે ના.

૭

ખની આસ્તિક કરો પરગુણ-દર્શન  
દોષ-દર્શન કેરી દૃષ્ટિ ટાળો,  
દોષ-દર્શન ઠરી આસુરી સંપત્ત,  
ઠરી ગુણ-દર્શન દૈવી સંપત્ત,

૮

પૂર્વગ્રહોની ગ્રંથિ ઝટ ખાંધો નહિ  
ખાંધેલી ગ્રંથિને વળગી ના રહો;  
શ્રેયતણા મૂલ્યોનું નિત સેવન કરો  
મૂલ્યોહીન વ્યક્તિનો સંગ જ ટાળવો.

૯

દૈવી સંપત્તિનો કીમિયો પામવા  
અતુર્વિધ સાધના ચાહુ રાખો;  
ભૂત-તાદાત્મ્ય, વિજ્ઞાનમય દર્શન  
હિત્ય વિચાર ને સાદું જીવન.

૧૦

પ્રકૃતેઃ ક્રિયમોળાનિ ગુણૈઃ કર્માણિ સર્વશઃ ।

પ્રકૃતિના સત્ત્વ રજસૂ, તમસૂ એ ત્રણ ગુણોની પ્રવૃત્તિઓ. એ જ બધી જાતનાં કર્મો છે. એ પ્રવૃત્તિઓના પ્રસંગો ગમે તે હોય પણ છેવટે એ પ્રસંગો ગુણોની અભિવ્યક્તિ જ હોય છે. એટલે કર્મ ગમે તે હોય પણ પાછળ ત્રણ માંનો કયો ગુણ કામ કરી રહ્યો છે તે જ કસોટીએ કર્મની ઉપયોગિતા તપાસવી રહી. જાહેર સેવકો જો સ્વાર્થ સાધવા કે અહંભાવથી, ઈર્ષ્યા-દ્વેષથી પોતાની સેવા-પ્રવૃત્તિ કરતા હોય તો તેવા સેવકોની પ્રવૃત્તિ સર્વભૂતહિતની ન ગણાતાં રજોગુણ-પ્રવર્તક પ્રવૃત્તિ જ ગણાવી જોઈએ. એટલે કર્મની કસોટી બાહ્યરૂપની ન રાખતાં એના આંતરિક ગુણની જ રાખવી યોગ્ય છે. આ કસોટી ખાસ કરીને જીવદશામાં લાગુ પડે છે, કેમ કે જીવદશામાં જ પ્રકૃતિ જીવને અનુસરતી નથી, પણ જીવ ઉપર પ્રભુત્વ લેવાગવે છે. સત્ત્વની પરા પ્રકૃતિ સત્ત્વને અનુસરે છે, સત્ત્વની આજ્ઞા પ્રમાણે તેનો હેતુ પાર પાડવાની પ્રવૃત્તિ કરે છે. આત્મદશામાં આત્માની પ્રકૃતિ સ્વભાવ આત્માને અનુરૂપ પ્રવૃત્તિઓને અનુમતિ આપે છે કે રોકે છે. પણ જીવદશામાં જીવ પ્રકૃતિ પરનો કાબૂ જોઈ જસે છે. આ જ કોયડો ઉકેલવાનો રહે છે. જીવનો પ્રકૃતિ પર કાબૂ કઈ રીતે જામે એ જ દૃષ્ટિએ પ્રકૃતિને અનુકૂળ બતાવવી રહી. જીવને આત્માની માફક નિવૃત્ત બનીને પ્રકૃતિને માત્ર નિહાળ્યા કરવાની નથી. જીવ પ્રવૃત્તિમય છે, એણે પ્રકૃતિ પાસે કામ લેવાનું છે. તેથી પ્રકૃતિ એવા સ્વરૂપની હોવી જોઈએ

જેથી જીવનું કામ દીધી ઉઠે. પ્રકૃતિ તમોગુણપ્રધાન હોય તો તે જીવને કેવી પ્રવૃત્તિ કરવા દેવાની હતી ? રજો-ગુણી હોય તો તે જીવને કુખાડશે, સત્ત્વગુણી પ્રકૃતિ જ જીવને સ્વસ્થ રીતે ભગવાને સોંપેલું ઉત્ક્રાન્તિનું કાર્ય કરવા દેશે. એટલે છેવટે જીવ અને પ્રકૃતિના સંબંધનો કોયડો ઉકેલવો હોય તો પ્રકૃતિએ સત્ત્વગુણી બનવું રહ્યું. માટે જ નિત્યસત્ત્વસ્થ થઈને રહેવાનું ગીતા કહે છે. આમ પ્રકૃતિના તમસૂને ને રજસૂમાં અને રજસૂને સત્ત્વમાં ફેરવવો, ગુણોનો ઉત્કર્ષ કરવો એ જ સાધના છે. જીવદશાના કર્મનો આખો ઉંશ પણ ગુણોત્કર્ષ છે, એ જ જીવદશાનો કર્મયોગ છે.

પણ ગુણોત્કર્ષનો ખરો કોયડો તમસૂમાંથી રજસૂ પર પહોંચવાનો નહિ, રજસૂમાંથી નીકળી સત્ત્વ પર પહોંચવાનો છે.

इन्द्रियस्येन्द्रियस्यार्थे रागद्वेषौ व्यवस्थितौ ।

तयोद् न वशम् आगच्छेत् तौ ह्यस्य परिपन्थिनौ ॥

રજોગુણ ખીલ્યા પછી ઇન્દ્રિયોના રસ સતેજ બને છે અને ભોગોની ટેવો પાકી બને છે, ટેવોમાંથી ઇન્દ્રિયોને પાછી વાળવી દુઃસાધ્ય બને છે. વળી કેટલાક સંજોગો ઇન્દ્રિયોની ભોગોની ટેવોને ઉત્તેજન આપે છે, મજબૂત બનાવે છે. આહારની ટેવોનો દાખલો લઈએ. માળાપોના સ્વાદના સંસ્કારો બંધાયેલા હોય છે. બાળકોને પણ એ સંસ્કારનો વારસો તેઓ હેતપૂર્વક આપે છે. આહાર વિષે



પોષણદૃષ્ટિના સંસ્કાર પાડવાનું કાર્ય કરનાર માળાપો વિરલ જ હશે. આહાર વિષે ચર્ચા પણ પોષણની નહિ ભાવવા ન ભાવવાની જ હોય છે. સત્ત્વગુણ વધારવાના સંસ્કારનો વારસો આપે કે ન આપે પણ સ્વાદભાવનાનો વારસો તો માળાપો આપવાનાં જ ! એ જ સંસ્કારોની ભેટ સમાજ તરફથી પણ મળે છે. પોષણની દૃષ્ટિએ નહિ પણ પ્રતિષ્ઠાના ધોરણે સમાજમાં આહારમૂલ્ય પ્રચલિત બને છે. એ જ તકનો લાભ લઈ ને આહાર ઉદ્યોગ ચલાવનાર સ્થાપિત હિતો ખોટા પ્રચાર કરી ખોટા સંસ્કાર પાડે છે. આમ સંસ્કારનો વારસો બધી રીતે માણસની પાશવી પ્રેરણાઓ animal instincts ને સક્રિય બનાવી મૂકે છે, ને ઇન્દ્રિયોની મૂળગત ભોગવૃત્તિને મજબૂત બનાવે છે. આમાં પણ સાધકને પોતાની અંદરની વૃત્તિઓ સાથે તેમજ બાહ્ય જગત સાથે સંઘર્ષમાં ઊતરવું પડે છે ને એની સાધનાની મુશ્કેલીઓમા ઉમેરો થાય છે.

विज्ञानसारथिर् यस्तु मनःप्रग्रहवान् नरः ।

સોડધ્વનઃ પારમ્ આપ્નોતિ તદ્ વિષ્ણોઃ પરમં પ્રદમ્ ॥

રજસૂને સત્ત્વ પર પહોંચાડવા માટે સૌથી પ્રથમ આવશ્યકતા વિજ્ઞાનની દૃષ્ટિ કેળવવાની છે. ખાવું, પીવું, હરવું, કરવું, ઇત્યાદિ પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓ વિજ્ઞાનનાં મૂલ્યોથી ચલાવવી જોઈએ. એક વખત માણસની દૃષ્ટિ ગૈજ્ઞાનિક બને તો ટેવોને બદલવાનું તેને માટે સરળ બને છે. રસોડ્યસ્ય પરં દૃષ્ટ્વા નિર્વર્તતે । વિજ્ઞાનનું મૂલ્ય ગળે ઊતરે

તો રસો-ટેવો બદલી શકાય છે. અનુભવમાં પણ આપણે જોઈએ છીએ કે જેને ઊંચાં મૂલ્યોની ઝંખના હોય છે તેને આડીઅવળી વાતોમાં રસ ઓછો પડે છે. અભ્યાસમાં પ્રથમ દરજ્જાના વિદ્યાર્થીઓ ગંભીર પ્રકૃતિના હોય છે, સ્વાધ્યાયમાં જ રત રહે છે ને ખાણીપીણીમાં કે સિનેમા આદિ તમાશામાં બહુ ઓછો રસ ધરાવે છે. જીવનમાં ઊંચા મૂલ્યોનું આ જ સહત્ત્વ છે. તેથી જ પ્રેય કરતાં શ્રેયનું ધ્યેય સ્વીકારવું એ સાધનાની પાયાની આવશ્યકતા બને છે. ધ્યેય પાકું હોય તો પ્રકૃતિની ટેવોને બદલવાની યુક્તિઓ કામ લાગે છે.

સત્ત્વગુણ વધારવા માટે બે પ્રકારની યુક્તિઓ ગીતા બતાવે છે.

૧. જીવે પોતાના દેહ સાથે સંબંધ રાખવો - તે અંગે યુક્તિઓ.

૨. જીવે બીજા જીવો સાથેના સંબંધમાં કંઈ કંઈ યુક્તિઓ કામમાં લાવવી.

દેહ સાથેના સંબંધમાં પહેલો નિર્ણય શ્રેયના ધ્યેયનો કરવાનો છે. તો જ પ્રકૃતિની ટેવોને બદલવાનું બળ પેદા થશે, અને ગુણોત્કર્ષનો ક્રમિક વિકાસનો કાર્યક્રમ ઘડી શકાશે. દેહની સાથેના સંબંધમાં ગુણોત્કર્ષ માટે ગીતા ચાર મુખ્ય યુક્તિઓ બતાવે છે. ચારે યુક્તિઓને એક

સામટી અજમાવવાની હોય છે, તેજ તે પ્રભાવકારી બને છે, કેમકે એક યુક્તિ બીજી યુક્તિ સાથે સંકળાએલી હોય છે.

૧ સંયમ-નિગ્રહ-દમથી ઇન્દ્રિયોને રોકી રાખવાની, ભોગોમાંથી પ્રત્યક્ષ પાછી વાળવાની યુક્તિ.

૨ મન-બુદ્ધિને ઇન્દ્રિયોની પ્રવૃત્તિઓથી છૂટાં પાડી તેમને તટસ્થ બનાવવાની યુક્તિ.

૩ મનમાં ભોગોને ન વાગોળતાં તરત જ બહાર ફેંકવાની યુક્તિ.

૪ ભોગવૃત્તિ-રસોને ભગવાનની ભક્તિમાં વાળવાની યુક્તિ.

### સંયમ-નિગ્રહ-દમ

तस्मात् त्वम् इन्द्रियाण्यादौ नियम्य भरतर्षभ ! ।

पाप्मानं प्रजहि ह्येनं ज्ञानविज्ञाननाशनम् ।

સૌ પ્રથમ તો ઇન્દ્રિયોને નિયમમાં રાખવી જોઈએ, એમને છૂટો દોર ન આપી શકાય. મોટરકારને મર્યાદિત ગતિએ ચલાવવા માટે એકનો ઉપયોગ કરવો રહ્યો. અગ્નિમાં ઘી હોમવાથી અગ્નિ તેજ થાય છે તેમ ભોગો ભોગવ્યા કરવાથી ભોગવૃત્તિ વધ્યા જ કરે છે. માટે ભોગોને રોકવાની શરૂઆત કરવી પડશે, રોકવાથી ભોગોની ટેવ

મોળી પડે છે, કાબૂમાં આવે છે. આ થઈ ઇન્દ્રિયોને પ્રત્યક્ષ દબાવવાની—દમની સુક્તિ જે માનસિક સુક્તિઓ માટે પ્રાથમિક ભૂમિકા પૂરી પાડે છે.

### મન-બુદ્ધિને તટસ્થ બનાવો

इन्द्रियाणां हि चरतां यन्मनोऽनुविधीयते ।

तद् अस्य हरति प्रज्ञां वायुर नावम् इवाम्भसि ॥

मन एव मनुष्याणाम् कारणं बंधमोक्षयोः ।

ઇન્દ્રિયો પોતાની પ્રવૃત્તિઓ કરે તેમાં મન સંડોવાય છે એ જ જીવના બંધનનું મુખ્ય કારણ છે.

મન ઇન્દ્રિય-ભોગો સાથે સંડોવાય તો પછી બુદ્ધિ પોતાનો સ્વતંત્ર વિવેક વાપરી શકતી નથી. એમાં તો બુદ્ધિ: કર્માનુસારિણી—બુદ્ધિ કરવામાં આવતાં કર્મોની પશ્ચાત્ત-વકીલ બની જાય છે, કર્મોનો બચાવ કરે છે. એટલે તે મનને દોરવાને બદલે મનથી જ દોરવાઈ જાય છે. તેથી મનને જેમ ઇન્દ્રિયોની પ્રવૃત્તિઓમાં સંડોવાવા ન દેવું જોઈએ, તેને તટસ્થ બનાવવું જોઈએ; તેમ બુદ્ધિને મનથી—મનની ચંચલતાથી છૂટી પાડી તેને તટસ્થ બનાવવી જોઈએ જેથી તે મનનું યોગ્ય નેતૃત્વ કરી શકે, અને પ્રકૃતિની ટેવોને સાચવવાનું બંધ કરી જીવનું હિત સાચવી શકે, જીવને આત્મદશાની ઝાંખી કરાવી શકે.

મનમાં ભોગોને વાગોળો નહિ

ખીજી માનસિક યુક્તિ ભોગના વિષયને મનમાં વાગોળ્યા ન કરતાં તેને તરત બહાર ફેંકવાની છે. ભોગનો હુમલો આવતાં જ તેને ટાળો. ભોગોને મનમાં ભોગવ્યા કરો, તેમાં રસ લેતા રહો, તો પ્રત્યક્ષ ભોગવવાની વૃત્તિ જોર પકડશે ને ભોગવવામાં નિષ્ફળ નીવડે તો નાસીપાસ થશે, તમારી બુદ્ધિ ભ્રમમાં પડી જશે ને બુદ્ધિભ્રમ થતાં તમે પરમેશ્વરના અંશ જીવાત્મા છો એનું પણ ભાન નહિ રહે. આમ વિષયોને વાગોળ્યા કરવા એ જ અઘોડઘો મંગેયમ્ - નીચે ને નીચે પડવાનું લપસણું છે. માટે વિષયનો હુમલો આવતાં જ તેને બહાર ફેંકી દો. તમે અંતર્મુખ થઈને પોતાના દિલને તપાસતાં શીખશો તો આ યુક્તિ તમને સહેજે હાથ લાગશે. ભોગો તમારા જીવની વસ્તુઓ નથી, પ્રકૃતિની વસ્તુઓ છે ને તમારે તો પ્રકૃતિ પાસે કામ લેવાનું છે તેની જાળમાં ફસાવાનું નથી, એવો સતત ખ્યાલ તમને રહ્યા કરશે.

ઇન્દ્રિય-દમનને ગીતા પ્રાથમિક મહત્ત્વ આપે છે. ગીતાનો મદાર તો માનસિક સાધના પર છે. અને રસોને ભગવાનની ભક્તિ તરફ વાળવાની યુક્તિ સર્વોત્કૃષ્ટ છે, માનવસુલભ પણ છે.

હવે જીવના ખીજી જીવો સાથેના સંબંધોમાં ગુણ-લક્ષણની યુક્તિઓનો વિચાર કરીએ.

અહીં પણ પ્રેય કે શ્રેયનું ધ્યેય કામ કરે છે. પ્રેયના ધ્યેયવાળા બીજાઓ સાથે એક રીતે વર્તે, શ્રેયના ધ્યેયવાળા બીજી રીતે વર્તે. પ્રેયવાળા અહંભાવથી વર્તે, show off કરશે, ઈર્ષ્યા-ઘર્ષણો ઊભાં કરશે, પોતાના સંબંધોનું વર્તુલ નાનું કરતા જશે ને નાના વર્તુલનું પણ વિષયક-vicious circle-બનાવશે, કુટુંબમાં પણ કલેશ ઊભા કરશે.

શ્રેયવાળાઓ પરસ્પર પ્રેમ, સરળતા, સહકાર, તાદાત્મ્યની ભાવના અનુભવશે ને આત્મવત્ સર્વમૂતેષુ ની વૃત્તિ કેળવશે, પરસ્પર સંપૂર્ણ દિલ યોદ્ધીને વર્તે, તેમના સંબંધોનું વર્તુલ વિશાળ બનતું જશે ને સંબંધો બધા મીઠા બનતા જશે. આત્મભાવનો સંબંધ અહંભાવને નિર્મૂળ કરવાની યુક્તિ છે. પણ સત્ત્વગુણ સ્થિર થાય તેના પ્રમાણમાં જ આત્મભાવ પેદા થશે.

બીજાઓ સાથેના સંબંધોમાં શુભોત્કર્ષની બીજી યુક્તિ ગુણદર્શનની છે.

સુમતિ કુમતિ સર્વકે ડર વસહિ ।

પણ તમારે શું જોવું છે ? બીજાના દોષો જોયા કરવાના કે ગુણો ? તમે રજોગુણી હશો તો બીજાના દોષો જોયા કરશો, સત્ત્વગુણી હશો તો બીજાના ગુણો તમારી નજરે પડશે. દોષ જોવા હોય તો -

સર્પપમાત્રાણિ પરદિદ્રાણિ પશ્યતિ

આત્મનઃ વિત્ત્વમાત્રાણિ ન પશ્યતિ ।

## શુણદર્શનની કસોટી

પરગુણપરમાણૂ પર્વતીકૃત્ય નિત્યમ્

નિજ હૃદિ વિકસન્તઃ સંતિ સંતઃ કિયન્તઃ ।

ખીજઓનાં શુણો જોવાની ક્રિયા પોતાના શુણો વધારવાની પ્રતિક્રિયામાં પરિણમે છે. એ રીતે શુણોત્કર્ષ માટે શુણદર્શન એ યુક્તિનું કામ આપે છે.

શુણદર્શનની યુક્તિથી ગાંધીજીએ અસંખ્ય લોકોને રાષ્ટ્રભક્ત બનાવ્યા હતા. શુણદર્શનની વૃત્તિને તેઓ અહિંસાવૃત્તિ, આસ્તિકવૃત્તિ તરીકે ગણાવતા. તેઓ તેમના સંપર્કમાં આવતા દરેકના શુણદોષ ઓળખતા પણ શુણોને ઉત્તેજન આપી ખીલવતા. એટલું જ નહિ પણ વિરોધીઓ પ્રત્યે પણ શુણદર્શનની અહિંસા દાખવતા, તેમના આત્માને જાગૃત કરવાનું આહ્વાન આપતા ને એ રીતે તેમના પર પોતાના આત્મભાવનો પ્રભાવ પાડતા. તેમનું વલણ

उपकारिषु यः साधुः साधुत्वे तस्य को गुणः ।

अपकारिषु यः साधुः स साधुः सदमिद् उच्यते ॥

પ્રેયવાળા ઉપકારના બદલામાં ઉપકાર કરે, શ્રેયવાળા અપકારના બદલામાં પણ ઉપકાર કરે, કેમકે એમનું ધ્યેય શુણોત્કર્ષનું છે.

ગાંધીજી જાતના જોખમે પણ પોતાની અહિંસાના આવા પ્રયોગો કરવા હંમેશાં તત્પર રહેતા. તેઓ આવા પ્રયોગો કરી શકતા કેમકે તેમની પાસે surplus energy મોટા પ્રમાણમાં હતી. પોતાની surplus energy ના બળે સંતો સત્સંગીઓના ગુણોને ખીલવે છે, એ જ સંતકૃપા છે. ગીતા સત્ત્વગુણ વધારીને આવી surplus energy એકઠી કરવાની સલાહ આપે છે.

જેમ ગુણદર્શન એ ગુણોત્કર્ષનો કીમિયો છે તે જ રીતે ખીજઓ વિષે પૂર્વગ્રહોની ગ્રંથિઓ ઝટઝટ ન બાંધવી એ પણ ગુણોત્કર્ષની યુક્તિ છે. એકાદ પ્રસંગના અનુભવ કે છાપ પરથી ખીજ વિષે કાયમ પૂર્વગ્રહ બાંધી દેવો એ દોષદર્શનનું જ સ્વરૂપ છે. ગુણદર્શનની લાવનાથી હંમેશાં તાજા દિલ-દિમાગથી ખીજઓ સાથે વ્યવહાર રાખવા તત્પર રહેવું જોઈએ.

હા, આ બધા સંબંધોમાં એક સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. ખાસ કરીને જેમને surplus energy ની સંપત્તિ એકઠી કરવાની છે તેઓએ શ્રેયનાં મૂલ્યો ન હોય તેવી વ્યક્તિઓ સાથે ગાઢ સંબંધ બાંધવા નહીં, તેમનો સંગ ટાળવો.

जाके प्रिय न राम वैदेही

सो छांडिये कौटिलौरीसम यद्यपि परम सनेहि ।



आत्मानं रथिनं विद्धि शरीरं रथम् एव तु ।  
बुद्धिम् तु सारथिम् विद्धि मनः प्रग्रहम् एव च ॥ २१

इन्द्रियाणि हयान् आहुर् विषयांस् तेषु गोचरान् ।  
जीवेन्द्रियमनोयुक्तम् भोक्तेत्याहुर् मनीषिणः ॥ २२

विज्ञानसारथिर् यस् तु मनः प्रग्रहवान् नरः ।  
सोऽध्वनः पारम् आप्नोति तद् विष्णोः परमं पदम् ॥ २३

प्रकृतेः क्रियमाणानि गुणैः कर्माणि सर्वशः ।  
अहंकारविमूढात्मा कर्ताऽहम् इति मन्यते ॥ २४ (गीता ३-२७)

पुरुषः प्रकृतिस्थो हि भुङ्क्ते प्रकृतिजान् गुणान् ।  
कारणं गुणसंगोऽस्य सद्असद्द्योनिजन्मसु ॥ २५ (१३-२१)

नान्यं गुणेभ्यः कर्तारम् यदा द्रष्टाऽनुपश्यति ।  
गुणेभ्यश्च परं वेत्ति मद्भावं सोऽधिगच्छति ॥ २६ (१४-१९)

यः सर्वज्ञानभिस्नेहस् तत् तत् प्राप्य शुभाशुभम् ।  
नाभिनन्दति न द्वेष्टि तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ॥ २७ (२-५७)

न जातु कामः कामानाम् उपभोगेन शाम्यति ।  
हविषा कृष्णवर्त्मनो भूय एवाभिवर्धते ॥ २८

विषया विनिवर्तन्ते निराहारस्य देहिनः ।  
रसवर्जं, रसोऽप्यस्य परं दृष्ट्वा निवर्तते ॥ २९ (२-५९)

ध्यायतो विषयान् पुंसः सङ्गच्छ तेऽप्यजायते ।

सङ्गात् संजायते कामः कामात् क्रोधोऽभिजायते ॥ ३० (२-६२)

क्रोधाद् भवति सम्मोहः सम्मोहात् स्मृतिविभ्रमः ।

स्मृतिभ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात् प्रणश्यति ॥ ३१ (२-६३)

नास्ति बुद्धिर् अयुक्तस्य न चायुक्तस्य भावना ।

न चाभावयतः शान्तिर् अशान्तस्य कुतः सुखम् ॥ ३२ (२-६६)

इन्द्रियाणां हि चरतां यन्मनोऽनुविधीयते ।

तदस्य हरति प्रज्ञां वायुर् नावम् इवाम्भसि ॥ ३३ (२-६७)

इन्द्रियाणि पराण्याहुर इन्द्रियेभ्यः परं मनः ।

मनस्तु परा बुद्धिर् यो बुद्धेः परतस्तु सः ॥ ३४ (२-४०)

एवं बुद्धेः परं बुद्ध्वा संस्तभ्यात्मानम् आत्मना ।

जहि शत्रुं महाबाहो ! कामरूपं दुरासदम् ॥ ३५ (३-४३)

उद्धरेद् आत्मनात्मानं नात्मानम् अवसादयेत् ।

आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुर आत्मैव रिपुर आत्मनः ॥ ३६ (६-५)

बन्धुर आत्मात्मनम् तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।

अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुवत् ॥ ३७ (६-६)

तस्मात् त्वम् इन्द्रियाण्यादौ नियम्य भरतर्षभ ।

पाप्मानं प्रजहि ह्येतम् ज्ञानविज्ञाननाशनम् ॥ ३८ (३-४१)

આત્માને રથસ્વાર ને શરીરને રથ જાણુ,  
બુદ્ધિને સારથિ ગણી, મનને ગણો લગામ. ૨૧

ઇન્દ્રિયો ઘોડા થઈ લોગવસ્તુ પ્રતિધાય,  
જીવ ઇન્દ્રિય-મન વડે ભોકતા છે એમ જાણુ. ૨૨

વિજ્ઞાન સારથિ જેનો વશમાં મન-લગામ  
માર્ગ-શિખરને પહોંચતો વિષ્ણુપદ ઉત્તમ. ૨૩

પ્રકૃતિની ગુણુ-પ્રવૃત્તિ એ જ કર્મો બધાં  
અહંકારવિમૂઢાત્મા કર્તા હું ભલે માનતો. ૨૪

પ્રકૃતિમાં રહ્યો સેવે પ્રકૃતિગુણુ પુરુષ;  
આસક્તિ ગુણુમાં તેથી અદસદ્ યોનિમાં પડે. ૨૫

ગુણો વિના ન કર્તા કે, જ્યારે દ્રષ્ટા પિછાનતો,  
ત્રિગુણાતીતને જાણુ, તે પામે મુજ ભાવને. ૨૬

આસક્ત નહીં જે કયાંય, મળ્યે કાંઈ શુભાશુભ,  
ન કરે હર્ષ કે દ્વેષ, તેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર. ૨૭

કામોના ઉપભોગથી કામો ન શમતા કદી,  
અગ્નિમાં ઘટ હોમ્યેથી પ્રજ્વળે તે અતિ ઘણો. ૨૮

વિનિગ્રહ-બળે બાહ્ય ત્યજે વિષય સાધક,  
ટકેલો ભીતરી સ્વાદ સુકાયે આત્મદર્શને. ૨૯

વિષયો વાગોળ્યાથી લાગે છે સંગ તેહનો,  
સંગથી જન્મતો કામ, કામથી ક્રોધ નીવજે. ૩૦

ક્રોધમાં મોહનાં મૂળ, મોહથી સ્મૃતિ-લોપ છે,  
સ્મૃતિ-લોપે બુદ્ધિનાશ, બુદ્ધિનાશે વિનાશ છે. ૩૧

અયોગીને નથી બુદ્ધિ, અયોગીને ન લાવના,  
લાવના વિણ શાંતિ ના, વિના શાંતિ સુખેય ક્યાં? ૩૨

વર્તતી ઇન્દ્રિયો સ્વૈર, તે પૂઠે મન દોડતું,  
તેથી નાવ સમી પ્રજ્ઞા ખેંચાયે વાયુથી જલે. ૩૩

કહી છે ઇન્દ્રિયો સૂક્ષ્મ, ઐષ્ઠ ઇન્દ્રિયથી મન,  
મનથી બુદ્ધિ છે ઐષ્ઠ, બુદ્ધિથી પર તે પ્રભુ. ૩૪

એવા તે પ્રભુને જાણી, નિઝહી આપ આપથી,  
પડી પૂઠે તું સંહાર દુઃસાધ્ય કામ-શત્રુને. ૩૫

આપને તારવો આપે, આપને ન હુઆડવો,  
આપ જ આપનો બંધુ, આપ જ શત્રુ આપનો. ૩૬

જીતે જે આપને આપ આત્મા તે આત્મનો સખા,  
આત્મા જેણે નથી જીત્યો વર્તે આત્મા જ શત્રુશો. ૩૭

તેથી તું ઇન્દ્રિયોને સૌ કાબૂમાં આણીને પ્રથમ  
જ્ઞાન-વિજ્ઞાન-નાશી એ પાપી ગુણને પરિહર. ૩૮

### ૩. શ્રેય-યોગ

ગીતાના યોગને પિછાન — હે સાધક  
 યોગ એ શ્રેયની કસરતનું રૂપ છે  
 આત્મહિત જોવું એ લક્ષણ છે શ્રેયનું  
 ચિત્તને તું શ્રેયમાં ચોટાડ — હે સાધક

શ્રેય-વૃત્તિ જીવને ગુણમય બનાવે  
 શ્રેય-વૃત્તિ જીવને આત્મમય બનાવે  
 શ્રેય-યોગે આત્મમય તું થા — હે સાધક

જીવનમાં શ્રેયના મૂલ્યને ઠસાવ તું  
 જે કાંઈ કરે ચા તપ કરે કે દાન તું  
 શ્રેયના પલ્લામાં બધું ઢાળ — હે સાધક

આત્મજ્ઞાન પામવાનું સાધન શ્રેય છે  
 શ્રેયની સાધના સિદ્ધ થતી જાય તેમ  
 આત્માનું પોત છતું થાય — હે સાધક

પ્રકૃતિ પુરુષને અનુસરે સદાયે  
 પુરુષની યોજનાને અમલી બનાવે  
 શ્રેય-યોગે પુરુષને જ સાધ — હે સાધક

પ્રેય ને શ્રેયનો સંઘર્ષ અનિવાર્ય છે  
અર્જુનને એ જ સંઘર્ષે ગભરાવ્યો  
યુદ્ધ છે ગીતાનો આદેશ — હે સાધક

મીરાં સોકેટિસને ઝેર પવાયાં  
ઈશુને લોકોએ શૂળીએ ચઢાવ્યા  
શ્રેયાથીનો બલિદાન ધર્મ — હે સાધક

ધર્મસંસ્થાપન છે શ્રેયમૂલ્ય-સ્થાપના  
ભરતે માતાને એ જ માટે ત્યજી'તી  
શ્રેયમૂલ્ય માટે તું લડ — હે સાધક

જગ વિકાસ સાથે શ્રેયમૂલ્યો ફરે છે  
અંતરના નાદને પ્રમાણ તું ગણજે  
એ જ સત્ય-શોધનનો માર્ગ — હે સાધક

૦

૦

૦

શુણોત્કર્ષના કર્મયોગનો આપણે વિચાર કર્યો. હવે જ્ઞાનની ઉપાસનાનો વિચાર કરીએ. કર્મયોગ એ જીવાત્માની પ્રકૃતિની સાધના છે. પુરુષ જ્ઞાનમય છે તેથી તેને પામવા જ્ઞાનયોગ-જ્ઞાનોપાસના જરૂરી છે.

આરુદ્ધોઽ મુનેઃ યોગં કર્મ કારણમ્ ઉચ્યતે ।  
યોગારુદ્ધસ્ય તસ્યૈવ શમઃ કારણમ્ ઉચ્યતે ।

આરુદ્ધોઃ મુનેઃ—જીવાત્મા માટે

યોગારુદ્ધ—આત્માવસ્થા

આત્મજ્ઞાન કેવી રીતે પામવું ? જ્ઞાન એકદમ પ્રાપ્ત થતું નથી. તત્ સ્વયં યોગસંસિદ્ધઃ કાલેન આત્મનિ વિંદતિ । આત્મા હૃદયની અંદર છે, બહાર નથી. તો અંદરની વસ્તુ બહારથી કેવી રીતે પામી શકાય ?

સર્વ—નિવાસી સદા અલેપા તોહિ સંગ સમાર્ધ  
કાહે રે ! બન ખોજન બર્ધ.

સ્વયં સાધનાદ્વારા યોગની સંસિદ્ધિ થશે તેમ તેમ અંશતઃ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થતું જશે.

યોગની સંસિદ્ધિ એટલે શું ? ગીતાનું પ્રસ્થાન પ્રકૃતિથી પુરુષ તરફનું છે. જ્ઞાન એ પુરુષની જ અભિવ્યક્તિ છે. માટે પુરુષનું શ્રેય શેમાં છે એને ઓળખવું તે એનો અમલ કરવો એ યોગ છે. જેટલા પ્રમાણમાં

અમલ થશે તેટલી સંસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થશે ને તેટલું જ્ઞાન મળશે.

શ્રેયશ્ચ પ્રેયશ્ચ મનુષ્યમ્ એતઃ

તૌ સંપરીત્ય વિવિનક્તિ ધીરઃ ।

શ્રેયો હિ ધીરોઽમિપ્રેયસો વૃણીતે

પ્રેયો મંદો યોગક્ષેમાદ વૃણીતે ॥

—કઠોપનિષદ્

શ્રેય (આત્માનું કલ્યાણ) અને પ્રેય (પ્રકૃતિનું લૌકિક સુખ) બન્ને મનુષ્યની સામે આવીને ઊભાં રહે છે. બુદ્ધિ-શાળી વ્યક્તિ બન્નેની ઉચિત પરીક્ષા કરીને વિવેકથી બેમાંથી એકની પસંદગી કરે છે. ધૈર્યવાન પુરુષ પ્રેય કરતાં શ્રેયને જ પસંદ કરે છે. મૂર્ખ આદમી દુન્યવી લાભ-રક્ષાના સાધનરૂપ પ્રેયને અપનાવે છે.

યા નિશા સર્વભૂતાનામ્ તસ્યાં જાગર્તિ સંયમી ।

યસ્યાં જાગ્રતિ ભૂતાનિ સા નિશા પશ્યતો મુનેઃ ॥

નિશા જે સર્વ ભૂતોની તેમાં જાગૃત સંયમી  
જાગે ભૂતો બધાં ત્યારે જ્ઞાની યોગી તણી નિશા.

શ્રેયાર્થીને આત્મજાગૃતિમાં રસ પડે છે

પ્રેયાર્થીને સુખોપભોગમાં રસ પડે છે.

મેરી લાગી લટકે ગુરુ-ચરનનકી.

ચરન બિના મુઝે કછુ નહીં ભાવે,

ઝૂઠું માયા સળ સપનનકી.



ભવસાગર સંગ સૂખ ગયા છે.

ફિકર નહીં મુઝે તરનનદી.

મીરાં કહે પ્રભુ ગિરિધર નાગર !

ઊલટ ભઈ મોરે નયનનદી.

ગીતા વેદોને પ્રકૃતિ-પ્રધાન પ્રેયના ધ્યેયથી પોતાના આત્મ-પ્રધાન ધ્યેયને જુદું તારવે છે અને અર્જુનને-દરેક સાધકને-શ્રેયનું ધ્યેય અપનાવવાની પ્રેરણા આપે છે તથા શ્રેય-સાધના માટે માર્ગદર્શન આપે છે.

વેદોનું ધ્યેય

ગીતાનું ધ્યેય

(૧) દેવાન્ દેવયજો યાન્તિ

મદ્ભક્તા યાન્તિ મામપિ

(૨) પ્રકૃતિ-પ્રધાન

આત્મ-પ્રધાન

(૩) પ્રેય=સુખ-સ્વર્ગ

શ્રેય=જીવનો શિવ થવું

(૪) ઉપબોગ

અર્પણ

(૫) ત્રૈગુણ્ય=સત્ત્વ-રજસ્-તમસ્

નિસ્ત્રૈગુણ્ય → સ્વભાવ → મદ્ભાવ  
transformation of  
nature.

અર્પણ = dedication, directing every thought and action towards the one goal of becoming Shiva

प्रकृत-प्रधान व्यक्ति

आत्म-प्रधान व्यक्ति

(१) ego-pronounced

आत्मवत् सर्वभूतेषु  
यः पश्यति स पश्यति ।

(२) अन्नमय-प्राणमय पुरुष  
physical-vital man  
जीव involved.

मनोमय पुरुष  
mental man  
detached आत्मा

(३) अशक्ति → अक्षयसंतोष

अतर्मुभता → तासावेक्षी

(४) अयं निजः परो वेति  
गणना लघुचेतसाम् ।

उदारचरितानाम् तु  
वसुधैव कुटुम्बकम् ।

(५) संकुचितता, धर्माधता,  
नास्तिकता

एकं सत् विप्रा बहुधा वदन्ति ।  
आस्तिकता, शुश्रूषर्षन

(६) पुण्यस्य फलम् इच्छन्ति  
पुण्यं नेच्छन्ति मानवाः ।

transformation of  
प्रकृति through  
कुण्डलिनी जागृतिः

(७) short-cuts

surplus energy

## वेदपाद

त्रैविद्या मां सोमपाः पूतपापाः

यशैर् इष्ट्वा स्वर्गतिं प्रार्थयन्ते ।

ते पुण्यम् आसाद्य सुरेन्द्रलोकम्

अश्नन्ति दिव्यान् दिवि देवमोगान् ॥ ३९ (९-२०)

ते तं भुक्त्वा स्वर्गलोकं विशालम्

क्षीणे पुण्ये मर्त्यलोकं विशन्ति ।

एवं त्रयीधर्मम् अनुप्रपन्नाः

गतागतं कामकामा लभन्ते ॥

४० (९-११)

देवान् भावयतानेन ते देवा भावयन्तु वः ।

परस्परं भावयन्तः श्रेयः परम् अवाप्स्यथ ॥ ४१ (३-११)

याम् इमां पुष्पितां वाचम् प्रवदन्त्यविपश्चितः ।

वेदवादरताः पार्थ ! नान्यद् अस्तीति वादिनः ॥ ४२ (२-४२)

कामात्मानः स्वर्गपरा जन्मकर्मफलप्रदाम् ।

क्रियाविशेषबहुलाम् भोगैश्वर्यगतिं प्रति ॥ ४३ (२-४३)

भोगैश्वर्यप्रसक्तानाम् तयाऽपहृतचेतसाम् ।

व्यवसायात्मिका बुद्धिः समाधौ न विधीयते ॥ ४४ (२-४४)

त्रैगुण्यविषया वेदा निस्त्रैगुण्यो भवार्जुन ! ।

निर्वन्दो नित्यसत्त्वस्थो निर्योगक्षेम आत्मवान् ॥ ४५ (२-४५)

## गीतानी प्रेरणा

यदा ते मोहकलिलम् बुद्धिर् व्यतिवर्ष्यति ।

तदा गन्तासि निर्वेदम् श्रोतव्यस्य श्रुतस्य च ॥ ४६ (२-५२)

## श्रेय-योग

श्रुतिविप्रतिपन्ना ते यदा स्थास्यति निश्चला ।  
समाधावचला बुद्धिस्तदा योगम् अवाप्स्यसि ॥ ४७ (२-५३)

यावान् अर्थ उदपाने सर्वतः सम्प्लुतोदके ।  
तावान् सर्वेषु वेदेषु ब्राह्मणस्य विजानतः ॥ ४८ (२-४६)

अनन्याश्च चिन्तयन्तो माम् ये जनाः पर्युपासते ।  
तेषां नित्याभियुक्तानाम् योगक्षेमम् वहाम्यहम् ॥ ४९ (१-२२)

पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।  
तद् अहं भक्त्युपहृतम् अश्नामि प्रयतात्मनः ॥ ५० (१-२६)

यत्करोषि यदश्नासि यज् जुहोषि ददासि यत् ।  
यत् तपस्यसि कौन्तेय ! तत्कुरुष्व मदर्पणम् ॥ ५१ (१-२७)

## अर्जुननी भूअवशु

योऽयं योगस् त्वया प्रोक्तः साम्येन मधुसूदन ! ।  
तरयाहं न पश्यामि चञ्चलत्वात् स्थितिं स्थिराम् ॥ ५२ (६-३३)

चञ्चलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि चलवद् दृढम् ।  
तस्याऽहम् निग्रहं मन्ये वायोरू इव सुदुष्करम् ॥ ५३ (६-३४)

अयतिः श्रद्धयोपेतो योगात् चलितमानसः ।  
आप्राप्य योगसंसिद्धिम् कां गतिं कृष्ण ! गच्छति ॥ ५४ (६-३७)

कच्चिन्नोभयविभ्रष्टश्च छिन्नाभ्रमिव नश्यति ।  
अप्रतिष्ठो महाबाहो ! विमूढो ब्रह्मणः पथि ॥ ५५ (६-३८)

## श्रीकृष्णसंवादे

असंशयं महाबाहो ! मनो दुर्निग्रहं चलम् ।

अभ्यासेन तु कौन्तेय ! वैराग्येण च गृह्यते ॥ ५६(६-३५)

असंयतात्मना योगो दुष्प्राप इति मे मतिः ।

वश्यात्मना तु यतता शक्योऽवाप्तुम् उपायतः ॥ ५७(६-३६)

पार्थ ! नैवेह नामुत्र विनाशस् तस्य विद्यते ।

न हि कल्याणकृत् कश्चिद् दुर्गतिं तात ! गच्छति ॥ ५८(६-३७)

पूर्वाभ्यासेन तेनैव हियते ह्यवशोऽपि सः ।

जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥ ५९(६-३८)

नेहाभिक्रमनाशोऽस्ति प्रत्यवायो न विद्यते ।

स्वल्पम् अप्यस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात् ॥ ६०(६-३९)

प्रयत्नाद् यतमानस्तु योगी संशुद्धकिल्बिषः ।

अनेकजन्मसंसिद्धस् ततो याति परां गतिम् ॥ ६१(६-४०)

## वेदपाठ

वेदाभ्यासी सोम-पाने पुनित

भारा यज्ञे वांछता स्वर्ग-लाभ

ते पुण्यथी पामता ध'द्रलोड

त्यांना पछी लोगवे दिव्य लोग. ३६

ત્યાં સ્વર્ગને લોગવી, બહોળું તેઓ  
 ક્ષીણું પુણ્યે આવતાં મર્ત્ય-લોકે  
 સકામ તે વૈદિક કર્મમાર્ગી  
 આ રીત ફેરા લવના ફેરે છે. ૪૦

દેવોને રીઝવો આમ, રીઝવો તમને ય તે  
 અન્યોન્ન રીઝવી એમ પામો પરમ શ્રેયને. ૪૧

અવિવેકી વૃથા વાણી ખોલી શબ્દ સજાવતા  
 શાસ્ત્રોના વાદ માંડીને કહે; “અન્ય કશું નથી.” ૪૨

જન્મીને આચરે કર્મો મેળવે લોગ-ગૈલવ  
 લોગો, કર્મફળો મીઠાં, કહે છે સ્વર્ગ-કામુક. ૪૩

તેથી બુદ્ધિ પડી ભૂલી ગુંથાઈ લોગ-ગૈલવે,  
 નિશ્ચયી બુદ્ધિ ના થાતાં સમાધિ સ્થિર થાય ના. ૪૪

ત્રિગુણાત્મક વેદોનું ક્ષેત્ર તેથી અલિપ્ત થા,  
 નિશ્ચિંત યોગ-ક્ષેમે થા, સત્ત્વભાવે થઈ સ્થિર. ૪૫

### ગીતાની પ્રેરણા

મોહનો પંક આ જ્યારે બુદ્ધિ તારી વટાવશે  
 સૂણું કે સૂણશે જે જે તેને તું જીરવી જશે. ૪૬

અતિ સૂણી ગુંથાયેલી, બુદ્ધિ તારી થશે સ્થિર,  
 થશે લીન સમાધિમાં ત્યારે તું યોગ પામશે. ૪૭

નીર ભરેલ સર્વત્ર કૂવાનો અપ જેટલો  
વિજ્ઞાની બ્રહ્મ-વેત્તાને વેદોનો અપ તેટલો. ૪૮

અનન્ય ચિત્તથી જેઓ કરે મારી ઉપાસના  
તે સદા-યુક્ત ભક્તોનો ચલાવું યોગ-ક્ષેમ હું. ૪૯

યત્ર કે પુષ્પ જે પ્રેમે ફળ કે જળ દે મને  
ભક્તિએ અર્પાયેલું આરોગ્યં યત્તવાનનું. ૫૦

જે કરે, ભોગવે વા જે, જે હોમે, દાન જે કરે,  
આચરે તપને વા જે, સર્વ અર્પણ કર મને. ૫૧

### અર્જુનની મૂંઝવણ

સમત્વબુદ્ધિનો યોગ તમે આ જે કહ્યો મને  
દેખું ના સ્થિરતા તેની મન ચંચળ છે અતિ. પર

મન ચંચળ આ કૃષ્ણ જીદી ને પજવે બહુ  
થસે વાયુ પ્રમાણે તે તેનો નિગ્રહ દુષ્કર. ૫૩

શ્રદ્ધા હોય છતાં યત્ન ખૂટતાં યોગ ભ્રષ્ટ થો  
ચૂકે જે યોગ-સિદ્ધિને તેની કેવી થતી ગતિ? ૫૪

શું તે ઉભયથી ભ્રષ્ટ ભટકયો બ્રહ્મ-માર્ગમાં  
નાશ પામે નિરાધાર વિખરી વાદળી સમો. ૫૫

## શ્રીકૃષ્ણનું સંત્વન

મન ચંચળ છે સાચે, રિકવું કપડું ઘણું,  
કિંતુ અભ્યાસ-ઘેરાયે તેનો સંયમ શૈ શકે. ૫૬

વિના સંયમ આ યોગ સાધ્ય ના થાય એ ખરું,  
કિંતુ સંયમવાળાને પ્રયત્ને સાધ્ય થાય છે. ૫૭

ન આ લોકે ન તે લોકે નાશ તે પામતો કદી  
કલ્યાણમાર્ગનો યાત્રી દુર્ગતિ પામતો નથી. ૫૮

પુણ્યલોકે રહી લાંબુ છેવટે યોગબ્રહ્મ તે  
પવિત્ર સાધનવાળાને ઘેર જન્મ ધરે ખરે. ૫૯

વણસે કદી ન આરંભ વિદ્યન કોઈ નડે નહિ,  
આચર્યે ધર્મ આ સ્વલ્પ બચાવે ભય ધોરથી. ૬૦

ખંતથી કરતો યત્ન દોષોથી મુક્ત તે થઈ,  
અનેક જન્મે થઈ સિદ્ધ યોગી પામે પરં ગતિ. ૬૧

यत् श्रेयः स्यात् निश्चितं ब्रूहि तन्मे ।

મારું શ્રેય શેમાં છે તે કૃપા કરીને નિશ્ચિત કહો.  
કૃષ્ણ કહે છે શ્રેય અને પ્રેયના સંઘર્ષને સ્વીકારીને જ  
આલવાનું છે. પુરુષ સામે પ્રકૃતિ બંડ પોકારે છે, પોતાનો  
કબજો હોવાનો દાવો રજૂ કરે છે. પણ પુરુષ અને પ્રકૃતિનો  
સંબંધ બાણવો ભેઈએ. પ્રકૃતિનું કામ પુરુષની સેવા



કરવાનું છે. પ્રકૃતિ પુરુષને અનુસરે છે. પરમાત્માની મદ્ભાવ ની પરા-પ્રકૃતિ પરમાત્માની મરણ વિકૃદ્ધ વર્તવાની છે ? આત્માનો સ્વભાવ આત્માની વિકૃદ્ધ જશે ? માત્ર જીવની ગુણાત્મક પ્રકૃતિ જ વિક્ષેપી હોય છે ને માટે જ જીવને પ્રકૃતિથી ઉપર ઉઠાવવાનો હોય છે. ગીતા કહે છે, પ્રકૃતિ પર મદાર બાંધવા કરતાં પુરુષ પર બધો મદાર બાંધો. પુરુષ-આત્મા જગૃત થશે તો પ્રકૃતિ સીધી ચાલશે. માટે પુરુષને જ સાધો; એ જ જ્ઞાનોપાસના.

હવે, શ્રેયનાં મૂલ્યો ક્યાં ક્યાં છે એની ખબર શી પડે ? એ જ સંશોધનની વસ્તુ છે, એ જ જ્ઞાનોપાસના છે. ધર્મ કોઈ સ્થિર તત્ત્વ નથી. જગતના વિકાસની સાથે ધર્મનું સ્વરૂપ વિકસતું રહે છે. તેથી શ્રેયનાં મૂલ્યો પણ દરેક જમાનામાં જુદાં જુદાં ઊભાં થાય છે. ભગવાને ઘડેલા ઉત્ક્રાન્તિના, સિદ્ધાંતનો અમલ થયા જ કરે છે. અવતાર-પ્રરપરા આ જ વસ્તુનો ઇશારો કરે છે. ઉત્ક્રાન્તિની સાથે સાથે higher consciousness જાગ્યા કરે છે. અવતારો એ આ evolving concepts નાં reflections જ હોય છે. આ નવા નવા વિચારો ગ્રહણ કરવાના હોય છે, સતત જ્ઞાનોપાસના કરીને નવાં નવાં મૂલ્યો ખોળવાનાં હોય છે.

એક દાખલો લઈએ. ગીતાના સમય કરતાં વિજ્ઞાને આજે એક નવી dimension ઊભી કરી છે, નવાં મૂલ્યો ઊભાં કર્યાં છે. રસ્યાઃ સ્તિમ્બાઃ ને ગીતાએ સાત્ત્વિક આહારો

કહ્યા છે. આજે આહારશાસ્ત્રીઓને પૂછો તો low fat ની સલાહ આપે છે. ઉપરાંત કેલરીની મર્યાદા સાચવવા સૂચવે છે. ગીતા યાત્રામમ આહારને તામસિક ગણાવે છે. આજે તો આપણે freezer માં મૂકેલો આહાર લઈએ છીએ. તીક્ષ્ણ-રુક્ષ-વિદાહિનઃ આહારને ગીતાએ રાજસિક આહાર ગણાવ્યો. આજે લોહીના દળાણ માટે લસણ લેવાની સલાહ મળે છે. આમ જગતનો વિકાસ થયા કરે છે ને મૂલ્યો બદલાયા કરે છે. તેથી multidimensional research કર્યા જ કરવું પડે છે. શ્રેયની કસોટીએ મૂલ્યોનું સંશોધન કર્યા જ કરવું રહ્યું. માટે જ કાઠેન આત્મનિ વિંદતિ ।

ધોડા અડા કયોં ? ફેરે ઝિના,  
પાન સડા - કયોં ? ફેરે ઝિના,  
વિદ્યા ભૂલી કયોં ? ફેરે ઝિના.

દરેક વસ્તુને, વિચારને turn ન કરો, ઉલટાવો. સુલટાવો નહિ તો સડે. સ્થગિત બુદ્ધિથી કામ ન ચાલે. જ્ઞાનની ઉપાસના સતત કર્યા જ કરવી રહી. ગીતા પાસે મૂલ્યોનો નિશ્ચિત ભંડાર નથી. ગીતા તો કહે છે મમૈવાંશતુઃ ભગવાને આપણામાં તત્ત્વ મૂક્યું છે એને વિકસાવો. જીવની સાધના થતાં અંશ પૂર્ણ બનશે, નરનો નારાયણ બનશે.

રાત્રંદિન આમ્હાં યુદ્ધાચા પ્રસંગ ।

આંતરુ વાહ્ય જગ આણિ મન ।- તુકારામ

પ્રેય અને શ્રેય ના ઝઘડા માણસને પોતાના મન સાથે અને દુનિયા સાથે સતત ચાલ્યા જ કરે છે. દુનિયા પણ શ્રેયને પસંદ કરતી નથી. તે પ્રેયની ભૂમિકા પર ચાલે છે. કેટલી વિભૂતિઓને સમાજે મારી નાખી છે ! સોક્રેટિસને ઝેર પાવામાં આવ્યું, મીરાંને પણ ઝેર પવાયું. નરસિંહ મહેતાને જ્ઞાતિ બહાર મૂક્યા. કુરેશીઓએ મહમદને પજવ્યો. ઇશુને ક્રોસ પર ચઢાવ્યા. ગાંધીજીને ગોળીએ વીંધ્યા !

What are these phenomena ? It is the martyrdom of men. શ્રેયાથીઓનાં બલિદાન અનિવાર્ય હોય છે. વિભૂતિઓ શ્રેય માટે મથી, તેથી સમાજનાં પ્રેય ઘવાતાં હતાં. સમાજ જીનવાણી હોય છે, મૂંઝવેની કાંતિ સહન નથી કરી શકતો. એમના વ્યવહારોમાં અડચણો ઊભી થાય તે સહન કરે ? બ્રાહ્મણો એ પોતાનાં સ્થાપિત હિતો ઊભાં કર્યાં, વિધિઓ-દક્ષિણાનું જોર વધારી મૂક્યું. એટલેથી પેટ ન ભરાતાં રાજાઓ પાસે યજ્ઞો કરાવ્યા ને પશુબલિ તથા દક્ષિણાના પ્રમાણમાં યજ્ઞોનું મહત્ત્વ વધારી મૂક્યું, વિધિઓ-યજ્ઞો કરવાનો પોતાનો એકાધિકાર સ્થાપ્યો ને એ બધું ધર્મના નામે ! બુદ્ધથી એ સહન ન થયું, એમણે ઘેર વિરોધ કર્યો. બ્રાહ્મણોએ બુદ્ધને નાસ્તિક કહીને ઉતારી પાડ્યા !

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत । ।

अभ्युत्थानम् अधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥

परित्राणाय साधूनाम् विनाशाय च दुष्कृताम् ।

धर्मसंસ્થાપનાર્થાય સમ્મવામિ યુગે યુગે ॥

ધર્મગ્લાનિ-અધર્મસ્ય અભ્યુત્થાનમ્= શ્રેયનાં મૂલ્યો પડી જાય.  
ને શ્રેયનાં મૂલ્યો સ્થાપિત થાય; પુરુષને બાજુએ મૂકી.  
પ્રકૃતિને deify કરવામાં આવે.

ધર્મસંસ્થાપન-શ્રેયનાં મૂલ્યોની સ્થાપના.

આવું ધર્મસંસ્થાપન વારે ઘડીએ શું કામ કરવું  
પડે છે ? દરેક જમાનામાં સ્થાપિત હિતોના એજન્ટો ઊભા  
થાય છે. એજન્ટો શ્રેયને શ્રેય તરીકે ગણાવે છે ને લોકોને.  
બ્રમમાં નાખે છે - જોટાં મૂલ્યોને ખરાં માનીને ચાલવું  
એ જ બ્રમ છે. ગીતા આ બ્રમને મહત્ત્વ મય ગણાવે છે.  
આ બ્રમનું નિરસન કરવું, શ્રેયનાં અવમૂલ્યન થયેલાં  
મૂલ્યોને પુનઃ સ્થાપિત કરવાં એ જ ધર્મસંસ્થાપન છે.

આજે સમાજમાં જોઈએ તો નીતિનું ધોરણ કેટલું  
નીચું ઊતરેલું હોય છે ? જાહેર મત નીચલી કક્ષાએ  
પહોંચ્યો છે. દરેક સાધકે હર પ્રસંગે નૈતિક અવાજ  
ઉઠાવીને જાહેર મત-જાહેર મૂલ્યોને ઊંચાં ઉઠાવવાનું ધર્મ-  
સંસ્થાપન કરવાનું છે. ભગવાન પોતાની કક્ષાએ ઉત્ક્રાન્તિના  
ઉદ્દેશને આગળ ધપાવવા વિભૂતિઓ મારફત ધર્મસંસ્થાપન

કરાવ્યા કરે છે. સાધકે પોતાના ગળા પ્રમાણે ધર્મસંસ્થા-  
પનમાં પોતાનો ફાળો આપવાનો છે.

શ્રેયનાં મૂલ્યો ઠરાવવાની કસોટી આચાર્યોએ  
બતાવી છે.

મનુ-

विद्वदभिः सेवितः सद्भिः नित्यमद्वेषरागिभिः ।

हृदयेनाभ्यनुज्ञातः यो धर्मस् तं निबोधत ॥

રાગદ્વેષ રહિત સચ્ચરિત્ર વિદ્વાનોએ સેવ્યો હોય  
અને પોતાના હૃદયને-અંતરાત્માને પસંદ પડે તે ધર્મ.

કાલિદાસ-

सतां हि सन्देहपदेषु वस्तुषु प्रमाणम् अन्तःकरणप्रवृत्तयः ।

સંદેહ પડતાં પોતાના અંતરના અવાજને જ પ્રમાણ  
ગણો.

વુદ્ધ-

‘હું લોકો, લોકવાયકાને માનીને ચાલશે નહિ, પુરાણી,  
પ્રથા છે એમ માનીને ચાલશે નહિ, શાસ્ત્રગ્રંથોમાં લખ્યું છે  
એટલા જ માટે તેનો સ્વીકાર કરશે નહિ, એ વાત તમારી  
માન્યતાને મળતી આવે છે માટે જ તેને માનશે નહિ,  
તમારા ગુરુએ કહી છે માટે જ તેને માનશે નહિ. તમે  
તમારી પ્રજા પર જ આધાર રાખો. આત્મવીરો મવ ।

ઈશુ ખ્રિસ્ત કહે છે Follow your conscience.

આમ દરેક આચાર્યે અંતરના અવાજને મહત્વ આપ્યું છે. સાધકનું conscience જેટલું જાગૃત થશે તેટલો જ તે શ્રેય સાધક બનશે. આમ શ્રેયની પસંદગી એ આત્મજ્ઞાનનો માર્ગ છે. પ્રકૃતિ સાધકને પ્રેયમાં ફસાવે છે—બહુ બહુ તો સાત્ત્વિક પ્રેયમાં ફસાવે, પણ છેવટે જીવને પ્રકૃતિ સાથે જ જોડી રાખે, જ્યારે શ્રેય આત્મા સાથે જોડી આપે છે. દરેકે પોતાને પૂછવું જોઈએ કે હું જે કરું છું તે મારા અંતરના અવાજને અનુકૂળ છે ને ?

આમ ગીતાનો યોગ એટલે શ્રેય-સાધના યોગ. જેમ જેમ શ્રેયની સાધના વધતી જશે તેમ તેમ તમારું conscience શ્રેયને attuned-વરેલું બનશે. આ જ યોગ-સંસિદ્ધિ. વિભૂતિઓનું conscience સંસિદ્ધ થયેલું હોય છે. આ જ પાયાની વસ્તુ છે. માટે follow your conscience—પોતાના જાગૃત અંતરાત્માને અનુસરો. એ જ જ્ઞાનોપાસના.

देहिर्नोऽस्मिन् यथा देहे कौमारं यौवनं जरा ।

तथा देहान्तरप्राप्तिर्धृरस्य तत्र न मुह्यति ॥ ६२ (२-१३)

मात्रास्पर्शास्तु कौन्तेय ! शीतोष्णसुखदुःखदाः ।

आगमापायिनोऽनित्यास्तं तत्तिक्षस्व भारत ॥ ६३ (२-१४)

यं हि न व्यथयन्त्येते पुरुषं पुरुषर्षभ ! ।

समदुःखसुखं धीरम् सोऽमृतत्वाय कल्पते ॥ ६४ (२-१५)

ન જાયતે મ્રિયતે વા કદાચિત્  
 નાયં ભૂત્વા ભવિતા વા ન ભૂયઃ ।  
 અજો નિત્યઃ શાશ્વતોઽયં પુરાણો  
 ન હન્યતે હન્યમાને શરીરે ॥ ૬૫(૨-૨૦)

વાસાંસિ જીર્ણાનિ યથા વિહાય  
 નવાનિ ગૃહ્ણાતિ નરોઽપરાણિ ।  
 તથા શરીરાણિ વિહાય જીર્ણા-  
 ન્યન્યાનિ સંયાતિ નવાનિ દેહી ॥ ૬૬(૨-૨૨)

યોઽન્તઃસુખોઽન્તરારામસ્ તથાઽન્તરુ જ્યોતિરેવ યઃ ।  
 સ યોગી વ્રહ્મનિર્વાણમ્ વ્રહ્મભૂતોઽધિગચ્છતિ ॥ ૬૭(૫-૨૪)  
 ન હિ જ્ઞાનેન સદશમ્ પવિત્રમ્ ક્વ વિદ્યતે ।  
 તત્ સ્વયં યોગસંસિદ્ધઃ કાલેનાત્મનિ વિન્દતિ ॥ ૬૮(૪-૩૮)

૦ ૦ ૦

આ દેહે જાણ્ય, તારુણ્ય વા જરા જેમ આવતાં;  
 મળે તેમ નવા દેહ, તેમાં ધીર મુંઝાય ના. ૬૨  
 સ્પર્શાદિ વિષયો જાણુ શીતોષ્ણુ સુખદુઃખદા,  
 અનિત્ય, જાય ને આવે, તેને, અર્જુન લે સહી. ૬૩  
 તે પીડી ન શકે જેને, સમ જે સુખદુઃખમાં,  
 તે ધીર માનવી થાય પામવા યોગ્ય મોક્ષને. ૬૪

ન જન્મ પામે, ન કદાપિ મૃત્યુ,  
 નહોતો ન પહેલાં ન હશે ન આગે,  
 આગ્યો ન જતો સ્થિર આ પુરાણ,  
 કાયા હણ્યે આત્મ નથી હણાતો. ૬૫

ત્યજી કંઈ જગર જીર્ણ વસ,  
મનુષ્ય ખીન ધરતો નવીન;  
તે પેર છાંડી શરીર પુરાણ.

આત્મા નવાં અન્ય શરીર ધારે. ૬૭

પ્રકાશ, સુખ ને શાન્તિ જેને અંતરમાં મળ્યા,  
થયેલો બ્રહ્મ તે યોગી બ્રહ્મનિર્વાણ પામતો ૬૮

ન જ્ઞાન સરખું હોય પવિત્ર કંઈ આ જગે  
તે તને યોગ-સંસિદ્ધિ થતાં કાળે મહીં મળે. ૬૯





## ૪. શરણુયોગ

ગીતાં લક્ષ્મીના ચાર પ્રકાર ગણે છે,  
આર્ત, અર્થાર્થી ને જિજ્ઞાસુ, જ્ઞાની;  
ચારેયની શક્તિઓ ને માંગે બુદ્ધિ છે.  
લક્ષિત લક્ષિતમાં તેથી ફેર પડે છે.

આર્ત છે તામસિક અજ્ઞાની આળસુ,  
આણ્વિકાના તેને સાંસા પડે છે,  
અનાયાસે મેળવવા ફાંફાં મારે છે,  
હીનભાવે ભગવાનને યાચના કરે છે.

અર્થાર્થી પુરુષાર્થી રાજસિક બને છે  
શક્તિને ભોગોમાં ખર્ચી નાખે છે,  
ભોગો અર્થાર્થીનું લક્ષ્ય બને છે,  
ભગવાન પાસે પણ ભોગો માગે છે.

આર્ત, અર્થાર્થી એ પાર્થિવ જીવો છે  
તમસ્સ ને રજસ્સને ચાલુ રાખીને,  
માંગોની પૂર્તિ અર્થે ભીખ માગે છે,  
ભીખ એ લક્ષિત નથી, સ્વાર્થ-સ્વરૂપ છે.

લક્ષ્મિ શરૂ થાય છે જિજ્ઞાસા-યોગથી,  
એમાં તો માંગ છે જીવની જાગૃતિની,  
લગવાન એ લક્ષ્મિને માન્ય કરે છે,  
લક્ષ્મીની અર્પણની ભાવના ઝીલે છે.

એવા લક્ષ્મીની પ્રભુ વહારે ધાયે છે.  
તૃષ્ણા મારીને કુંડલિની જગાડી,  
યોગક્ષેમ-ચિંતાને હળવી બનાવી,  
સાધના-પથ લક્ષ્મીને હળવો કરે છે.

જ્ઞાની-લક્ષ્મીને પ્રભુ સ્વ આત્મા ગણે છે,  
જ્ઞાનીનો હુંભાવ નષ્ટ થયો હોય છે,  
ને બન્ને ઇચ્છાઓનું મિલન થવાથી  
જ્ઞાની-લક્ષ્મી નિમિત્ત થઈને વર્તે છે,

અર્પણ એ લક્ષ્મીની અંતિમ સીમા છે,  
દિવ્ય-જીવનની એ નિશાની બને છે,  
“શિવોડહ” ભાન પ્રસ્થાપિત કરે છે  
એથી જ લક્ષ્મીનો મહિમા ગવાય છે.

સંતોનો અનુભવ સાક્ષી પૂરે છે,  
અર્પણના બળ કે વિઘ્નનાશ માટે  
લક્ષ્મી હૃદયથી પોકાર કરે તો  
લગવાન નિશ્ચિત સહાય કરે છે.

2 1  
653

આપણી ભક્તિની ભાવના પર એ વિચારધારાઓનો પ્રભાવ પડ્યો છે. એક હિન્દુ ધર્મમાં અનેક પરંપરાઓના થયેલા સમન્વયનો પ્રભાવ; બીજો શંકરાચાર્યના વ્રજ સત્યમ્ જગન્ મિથ્યા ના તત્ત્વજ્ઞાનનો પ્રભાવ.

ઈસ્લામ, ખ્રિસ્તી ધર્મ, જરથોસ્ત ધર્મ, બૌદ્ધ, જૈન આદિ ધર્મો એક એક ધર્મસંસ્થાપકે વિકસાવેલા ધર્મો છે, જ્યારે હિન્દુ ધર્મનું અનેક વિભૂતિઓએ સંકલન કર્યું છે ને તેમાં અનેક પરંપરાઓનો સમન્વય થયો છે. હિન્દુ ધર્મમાં જેવો સમન્વય થયો છે એવો બીજા કોઈ ધર્મમાં થયો નથી. બીજા ધર્મો જ્યારે સરોવરરૂપ છે ત્યારે હિન્દુ ધર્મ સમુદ્રરૂપ છે. બધી જાતની પ્રકૃતિઓના લોકોને સાથે લઈને, બધાને પ્રગતિની તકો આપીને, ક્રમેક્રમે ઉન્નતિ કરવાની સગવડો આપીને બધાનો સમાવેશ હિન્દુધર્મમાં કરવામાં આવ્યો છે. અત્યારે પરંપરાના ત્રણ અંશો હિન્દુ ધર્મના સંસ્થાપકો સામે હતા:

૧. અનેક દેવ-દેવીઓની પૂજા

૨. પૂજામાં પશુ-અલિદાન (માંસભક્ષણ) તથા સોમ-રસપાન

૩. તામસિક પ્રજાને પુરુષાર્થી બનાવવા સ્વર્ગની લાલચ.

આવા તામસિક અને રાજસિક પ્રકૃતિવાળા લોકોને ઉત્તેજન આપવા એમની પૂજા-વિધિઓને હિંદુધર્મમાં સ્થાન આપવામાં આવ્યું.

આપણે જોયું તેમ ગીતાનું તત્ત્વજ્ઞાન બુદ્ધ છે. એમાં તો પ્રેય કરતાં શ્રેયનું જ મહત્ત્વ છે, પ્રેયની માંગો કરતાં શ્રેય માટે અર્પણની જ ભાવના છે. છતાં હિંદુધર્મના ભક્તિના અંશોનો ગીતાએ નિર્દેશ કર્યો છે ને ચાર પ્રકારના ભક્તો ગણાવ્યા છે.

આર્ત, અર્થાર્થી, જિજ્ઞાસુ, જ્ઞાની ।

આમાં તામસિક આર્ત અને રાજસિક અર્થાર્થીનો ગીતાની દૃષ્ટિએ મેળ ખેસતો નથી. ગીતા જિજ્ઞાસુ અને જ્ઞાની ભક્તોને જ ખરા ભક્તો તરીકે સ્વીકારે છે, જ્ઞાની ભક્તને તો ગીતા ભગવાનનો આત્મા ગણાવે છે. બન્ને ભક્તોની કક્ષાઓ બુદ્ધી છે પણ બન્નેની માંગ એક જ છે. બન્ને પ્રકૃતિની ભાવના ભગવાનને અર્પણ કરી પોતાના જીવને ઉઠાડી ભગવાનમાં ડુબાડવા, ભગવાન સાથે એકરૂપ થવા, ભગવાન બનવા, નરનો નારાયણ બનવા ઇચ્છે છે.

बहवो ज्ञानतपसा पूता मद्भावम् आगताः ।

इदं ज्ञानम् उपाश्रित्य मम साधर्म्यम् आगताः ॥

જ્ઞાની ભક્તોની પ્રકૃતિ પરમાત્માની ચિત્-શક્તિરૂપ અને છે.

તામસિક કે રાજસિક ભક્તને તો ગીતા સ્વીકારતી જ નથી. ગીતા તો નિત્યસત્ત્વસ્થ થઈને જ રહેવાનું કહે છે. તામસિક, રાજસિક ભક્તોને સાત્ત્વિક બનવા ઉત્તેજન આપે છે, પ્રકૃતિની ઉત્કાન્તિ કરવાનું, પુરુષાર્થ કરી વિકાસની નીસરણીનાં પગથીયાં ચઢવાનું કહે છે. તેથી જ તો પવિત્ર ઉદ્દેશવાળા સંન્યાસને પણ ગીતા ઉત્તેજન નથી આપતી. પૂરો સાત્ત્વિક અને તે પછી ગુણાતીત થયા પહેલાં ક્ષેત્ર-સંન્યાસ લઈ લેવામાં ઉત્કાન્તિ અટકી પડે, માણસ તામસિક કે રાજસિક રહી જાય. માટે જીવનનાં આહ્વાનો સ્વીકારીને તેમનો સામનો કરતાં કરતાં સાત્ત્વિક-ગુણાતીત બનવાની સલાહ ગીતા આપે છે. આર્ત કે અર્થાર્થી મટી તેમાંથી ઉત્કાન્તિ કરવા માટે લડી લેવાનું જ ગીતા કહે છે. પ્રેય-માંજ દટાઈ રહેવા, તેમાં જ રાચવા માટે ગીતા સંમતિ આપતી જ નથી. શ્રેયનું ધ્યેય-મૂલ્ય સ્વીકાર-એ જ ગીતાની અફર અપેક્ષા છે, ને ચોખ્ખું કહે છે કે સંકાન્તિ કાળમાં ઉત્કાન્તિની પ્રક્રિયામાં સંઘર્ષ અનિવાર્ય છે કેમકે, If the spirit is willing the flesh is weak. પ્રકૃતિ પોતાની ટેવો છોડવા તૈયાર નથી થતી. ગીતા કહે છે, મૂલ્ય નક્કી કર, ટેવ તને સતાવ્યા કરશે તે હું જાણું છું પણ મૂલ્ય નિશ્ચિત થતાં ટેવને બદલવાની યુક્તિઓ તને જડશે. ગુણોત્કર્ષની એવી યુક્તિઓ ગીતા બતાવે પણ છે. પણ ગીતા મુખ્ય યુક્તિ તો રસોને શ્રેયના ધ્યેય-સગવાન તરફ વાળવાની બતાવે છે. એ જ ગીતાનો ભક્તિયોગ છે. રસો

લગવાન તરફ વળે તો તામસિક અને રાજસિક રસો સુકાઈ ને ખરી પડે છે.

મીરાં લાગે રંગ હુરિ  
ઔરન સખ રંગ હુટકી પરી.

એવા લક્ષ્મીની દૃષ્ટિનું આખું પરિવર્તન થઈ જાય છે.  
ઉલટ ભઈ મોરે નયનનકી.

તામસિક અને રાજસિક ભોગોના રસો જ સુકાઈ ગયા હોય, સાત્ત્વિકતાનાં અને શ્રેયનાં મૂલ્યો જ દૃઢ થયાં હોય તો ભવિષ્ય માટે પણ તેવા ભોગોની કામના લક્ષ્મી શેનો કરવાનો છે ? એને તો પોતાની જાતને લગવાનને જ અર્પણ કરવાની તાલાવેલી લાગેલી હોય છે. એવા લક્ષ્મી લગવાન પાસે શેની માંગ કરે છે ?

(૧) ભોગોની નહિ — યોગ ક્ષેમની

(૨) સર્વભૂતહિતે રત રહેવાની વૃત્તિની

(૩) લોકસંગ્રહની—નૈતિક મૂલ્યો સ્થાપવામાં પોતાનો ફાળો આપવાના સામર્થ્યની

ત્યારે લગવાન પાસે આપણે શું માગવાનું ? એમ કહીશું કે અમે તો આર્ત-આળસુ થઈને અજ્ઞાની રહીને પુરુષાર્થહીનર હીશું, તું અમારા માટે અનાયાસ જોડી દે ને અમારું ભરણુ પોષણ કર ?

કે પુરુષાર્થ કરીશું ને લોગોમાં રચ્યા પચ્યા રહીશું ને લોગવવામાં ખૂટે તે તું આપ્યા કર ?

કે યોગક્ષેમ માગીને, શરીરને ધર્મનું સાધન બનાવવાના મૂલ્યને અનુસરીને પોષણ માટે ચુકતાહાર લઈશું કે જીવને પૂછીને લાવતું ખાઈશું ?

તો તો ભગવાન કહેશે:

“મેં તને તામસિક કે રાજસિક રહેવા નથી મોકલ્યો, મારા ઉત્ક્રાન્તિના ઉદ્દેશને આગળ ધપાવવા મોકલ્યો છે; તે પ્રમાણે તું સાત્ત્વિક બનતો જા. ને તે પછી કર્મ ગચ્છન્તિ સત્ત્વસ્યાઃ એ નિયમ પ્રમાણે ગુણાતીત થા ને તે માટે ધ્યેય નક્કી કર. હું જગતનો પિતા છું ને દરેક પિતાની ઇચ્છા હોય છે—

सर्वतो जयम् अन्विच्छेत् पुत्राद् इच्छेत् पराजयम् ।

કે પોતાના કરતાં પુત્ર સવાયો નીકળે. મેં ઉત્ક્રાન્તિની સામાન્ય ગતિ ઠરાવી છે. સવાયો થઈને એ ગતિને વેગ આપ, યોગ સાધના કરી ઉત્ક્રાન્તિનો ગાળો ટુંકાવ.

લક્ષિત લાવ પર બીજો મોટો પ્રભાવ શંકરાચાર્યના સૂત્ર બ્રહ્મ સત્યમ્ જગન્-મિથ્યા નો પડ્યો છે. બ્રહ્મ સત્ય છે, જગત મિથ્યા છે ! જગત મિથ્યા હોવાથી જરા-વ્યાધિ-વાળા જન્મ-મરણના ફેરાઓમાંથી છુટકારો પામવાની માગણી સેવાવા લાગી, જીવનને સમૃદ્ધ બનાવવાનો પુરુષાર્થ

વધારવા કરતાં જેમ તેમ જીવી ખાવાની, નાસીપાસીની વૃત્તિ પ્રવર્તવા લાગી. જીવવું થોડું ને મતતા ઘણી-એવી ઉક્તિઓ પ્રચલિત બની. ભક્તિને નામે મરણનાં ગીતો ગવાવાં લાગ્યાં. સમાજના નેતાઓ સમાજવિમુખ બન્યા, સંન્યાસી બન્યા, સમાજ નેતૃત્વ રહિત થયો ને સ્થગિત બની ગયો, વિજ્ઞાન વિકસ્યું નહિ. જીવનમાં ઉદ્દાસીનતા વ્યાપી ગઈ !

ખીજ ખાબુએ, નાન્યદ્ અસ્તિ ઇતિ વાદિનઃ । ભૌતિકવાદી લોકોએ કહ્યું જગત્ સત્યમ્-બ્રહ્મ મિથ્યા ।

ગીતા કહે છે બ્રહ્મ સત્યમ્ જગત્ સત્યમ્ બ્રહ્મ અને જગત્ બન્ને સત્ય છે. ગીતાએ બન્નેનો સમન્વય કરી બતાવ્યો.

ये चैव सात्त्विका भावा राजसास् तामसाश्च ये ।

मत्त एवेति तान विद्धि न त्वहं तेषु ते मयि ॥ (૭-૧૨)

मयाध्यक्षेण प्रकृतिः सृजते सचराचरम् ।

हेतुनानेन कौन्तेय ! जगद् विपरिवर्तते ॥ (૯-૧૦)

તમસૂ, રજસૂ, સત્ત્વ એ ત્રણે ગુણો મારામાંથી જ પેદા થયા છે એટલે એ મિથ્યા ક્યાંથી હોય ? પણ તે નયિ ગુણો-જગત-મારામાંથી પેદા થયા છે એટલે જગત્ સત્ય છે-affirmation. છતાં ન તેપુ અહમ્ હું તે ગુણોથી પર છું. From affirmation to exceeding. આ જીવનને સમૃદ્ધ બનાવો અને પછી ઉપર ઊઠો.



તો ત્રણે ગુણો શું કામ ? એકલો સત્ત્વગુણ જ કેમ પેદા કરવામાં ન આવ્યો ?

મયાઽધ્યક્ષેણ under my plan and direction મારી યોજના અને આજ્ઞાનુસાર હેતુના અનેન જગદ્ વિપરિવર્તિતે evolution-વિકાસ. સત્ય જગતનું સત્ય પ્રદ્યમાં પરિવર્તન કરે.

अनेक जन्मसंसिद्धः ततो याति पराम् गतिम् ।

નરસિંહ મહેતાએ પણ ગીતાના સૂરમાં પોતાનો સૂર લેખ્યો.

હરિના જન તો મુકિત ન માગે,

માગે જન્મો-જનમ અવતાર રે

નિત સેવા, નિત કીર્તન ઓચ્છવ,

નીરખવા નંદકુમાર રે.

ગીતાની માફક ઉપનિષદોને પણ negation માન્ય નથી.

युवा स्यात् साधुः । युवा अध्यायकः आशिष्ठो द्रदिष्ठो वलिष्ठः ।

तस्येयं पृथिवी सर्वा वित्तस्य पूर्णा स्यात् । —तैत्तिरीય उपનિષદ્

યુવકોએ ચારિત્ર્ય અને સ્વાધ્યાય કેળવવાં જોઈએ. તેમણે આશાવાન, દૃઢનિશ્ચયી અને બળવાન બનવું જોઈએ. એવા યુવાનો માટે આ આખી પૃથ્વી વિત્ત-ધનથી ભરેલી બને છે. ઉપનિષદોનો સૂર છે-વલ્લમ્ સ્પાસસ્વ । નાયમાત્મા

વલ્લીનેન લભ્યઃ । દરેક જન પાસે જીવવા માટે જરૂરી હોય તે કરતાં surplus energy હોવી જોઈએ. તે જ તે શ્રેયની સાધના કરી શકે.

सर्वोपनिषदो गावो दोग्धा गोपालनन्दनः ।

ઉપનિષદોડૂપી ગાયોમાંથી ગોપાલનંદને શું દોહન કાઢ્યું ?

यत्र योगेश्वरः कृष्णो यत्र पार्ष्णो धनुर्धरः ।

તત્ર શ્રીર્ વિજયો મૃતિર્ ધ્રુવો નીતિર્ મતિર્ મમ ॥

યોગેશ્વર કૃષ્ણ અને ધનુર્ધારી લડનાર અર્જુન લેગા થાય ત્યાં લક્ષ્મી, વિજય અને સમૃદ્ધિ નિશ્ચિત છે એમ સમજ.

इति ते ज्ञानम् आख्यातं गुह्याद् गुह्यतरं मया ।

વિમૃશ્યૈતદ્ અશેષેણ યથેચ્છસિ તથા કુરુ ॥ (૧૮-૬૩)

આ રીતે મેં તને ઊંડામાં ઊંડું જ્ઞાન સમજાવ્યું છે, એ બધા વિષે તું પૂરેપૂરો વિચાર કરી લે ને છેવટે તને ગમે તે પ્રમાણે કર. તારું ભવિષ્ય તારા જ હાથમાં છે.

તો અર્જુનનો છેવટનો જેવાળ શો છે ?

नष्टो मोहः स्मृतिर् लब्धा त्वत् प्रसादान् मयाच्युत ! ।

સ્થિતોડસ્મિ ગતસંદેહઃ કરિષ્યે વચનમ્ તવ ॥ (૧૮-૭૩)

હું ભગવાન્ ! તમારી કૃપાથી મારો પ્રકૃતિ વિષેનો મોહ નાશ પામ્યો છે; હવે, હું તમારો જ અંશ છું એનું સ્મરણ તારું થયું છે ને નિઃશંક થઈને તમારી આજ્ઞાનું પાલન કરીશ.

मन्मना भव मद्भक्तो मद्याजी मां नमस्कृत ।

माम् एवैष्यसि सत्यं ते प्रतिजाने प्रियोऽसि मे ॥ ७५ (१८-६५)

सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज ।

अहं त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः ॥ ७६ (१८-६६)

अहं क्रतुर् अहं यज्ञः स्वधाऽहम् अहमौषधम् ।

मंत्रोऽहम् अहम् एवाज्यम् अहम् अग्निरहं हुतम् ॥ ७७ (१-१६)

पिताहम् अस्य जगतो माता धाता पितामहः ।

गतिर् भर्ता प्रभुः साक्षी निवासः शरणं सुहृत् ॥ ७८ (१७-१८)

भोक्तारं यज्ञतपसां सर्वलोकमहेश्वरम् ।

सुहृदं सर्वभूतानाम् ज्ञात्वा मां शान्तिमृच्छति ॥ ७९ (५-२९)

पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।

तद् अहं भक्त्युपहृतम् अश्नामि प्रयतात्मनः ॥ ८० (९-२६)

यत्करोषि यद् अश्नासि यज् जुहोषि ददासि यत् ।

यत् तपस्यसि कौन्तेय ! तत् कुरुष्व मदर्पणम् ॥ ८१ (९-२७)

चेतसा सर्वकर्माणि भयि संन्यस्य मत्परः ।

बुद्धियोगम् उपाश्रित्य मच्चित्तः सततं भव ॥ ८२ (१८-५७)

मच्चित्तः सर्वदुर्गाणि मत्प्रसादात् तरिष्यसि ।

अथ चेत् त्वम् अहंकारान् न श्रोष्यसि विनश्यसि ॥ ८३ (१८-५८)

अर्जुन उवाच

नष्टो मोहः स्मृतिर् लब्धा त्वत्प्रसादान् मयाञ्जुत ।

स्थितोऽस्मि गतसंदेहः करिष्ये वचनं तव ॥ ८४ (१८-७३)

શ્રેષ્ઠ વિદ્યા, પરં સાર, આ છે પવિત્ર ઉત્તમ;  
અનુભવાય પ્રત્યક્ષ, સુકર, ધર્મ્ય, અક્ષય. ૭૧

વસીને સર્વ ભૂતોનાં હૃદયે પરમેશ્વર,  
માયાથી ફેરવે સૌને, બાણે યંત્ર પરે ધર્મ્યાં. ૭૨

તેને જ શરણે જા તું સર્વલાવથી ભારત !  
તેના અનુગ્રહે લૈશ શાન્તિ ને પદ શાશ્વત. ૭૩

વળી, મારું પરં વેણુ, સારમાં સાર, આ મુણુ,  
મને અત્યંત વા' લોતું, તેથી તારું કહું હિત. ૭૪

મન, ભક્તિ મને અર્પ, મને પૂજ, મને નમ,  
મને જ પામશે નિશ્ચે, મારું વચન છે, પ્રિય ! ૭૫

છોડીને સઘળા ધર્મો, મારું જ શરણું ધર;  
હું તને સર્વ પાપોથી છોડાવીશ નચિંત થા. ૭૬

હું કેતુ, હું જ છું યજ્ઞ, હું સ્વધા, હું વનસ્પતિ;  
મંત્ર હું, ઘૃત હું શુદ્ધ, અગ્નિ હું, હું જ આહુતિ. ૭૭

હું જ આ જગનો ધાતા, પિતા, માતા, પિતામહ;  
પ્રભુ, ભર્તા, સુહૃદ્, સાક્ષી, નિવાસ, શરણું, ગતિ. ૭૮

મને સૌ ભૂતનો મિત્ર, સર્વલોક-મહેશ્વર,  
યજ્ઞ ને તપનો ભોક્તા જાણુ તે શાંતિ પામતો. ૭૯

પત્રં પુષ્પં ફલં તોયં જે આપે ભક્તિથી મને,  
ભક્તિએ તે અપાયેલું આરોગ્ય યત્નવાનનું. ૮૦

જે કરે, ભોગવે વા જે, જે હોમે, દાન જે કરે;  
જે તપે તપ કૌન્તેય, કર તું અર્પણ તે મને. ૮૧

મને અર્પી જ્યાં કર્મો મનથી, મત્પરાયણ,  
મારામાં ચિત્તને રાખ બુદ્ધિ-યોગ વડે સદા. ૮૨

મચ્ચિત્તો તરશે દુઃખો સર્વે મારા અનુગ્રહે,  
ન માને જો અહંકારે, નિશ્ચયે પામીશ નાશ તો. ૮૩

અર્જુન બોલ્યો

ટળ્યો મોહ, થયું ભાન, તવ અનુગ્રહે પ્રભો !  
થયો છું સ્થિર નિઃશંક, માનીશ તવ શીખને. ૮૪



## ૫. સમન્વય યોગ

પ્રભિપાત, પરિપ્રશ્ન, સેવા ત્રણે છે  
આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્તિના સામંટા ઉપાયો;  
ત્રણે ઉચ્ચાલનનું મુખ્ય લક્ષ્ય એ છે  
પ્રકૃતિથી જીવને જોડો ઉઠાવવો.

૧

આત્માનું લક્ષણ છે હેતુપૂર્ણ મૂલ્ય  
પ્રકૃતિની ટેવ મૂલ્ય પામી શમે છે;  
રજોગુણી બુદ્ધિ છે કર્માનુસારિણી  
સાત્ત્વિક બનતાં તે કર્મને દોરે છે.

૨

‘ગુણ ગુણેષુ વર્તન્તે’ જોતાં એ ન્યાયે  
તમોગુણ વધતાં દબાય રજ-સત્ત્વ,  
રજોગુણ ફેલાતાં સત્ત્વ-તમ દબાય,  
રજ-તમ દબાતાં વધે સત્ત્વગુણ.

૩

સતકર્મ, સદ્બુદ્ધિ, લક્ષિત છે એકરૂપ  
ત્રણેય પરસ્પરને પ્રેરે સદાયે;  
જ્ઞાનહીન કર્મ જડ ક્રિયા બને છે  
જ્ઞાનહીન લક્ષિત અધશ્રદ્ધા બને છે.

૪

અભ્યાસ-વૈરાગ્યનો ચિત્ત-નિરોધ યોગ,  
ઉપદ્રવટાનુમન્તાની સાંખ્ય પ્રયુક્તિ,

દિલની અભ્યર્થના, શરણુભાવ યોગ  
અતુર્વિધ સાધના શુરુઆવી યોગની. ૫

આત્મજ્ઞાન પામવા માટે ગીતા ત્રણ માર્ગોનું એકી સાથે અનુશીલન કરવાનું કહે છે. તદ્ વિદ્ધિ પ્રણિપાતેન પરિપ્રજ્ઞેન સેવયા । પ્રણિપાત એ ભક્તિમાર્ગ, પરિપ્રજ્ઞેનો જ્ઞાનમાર્ગ અને સેવાનો કર્મમાર્ગ.

માત્ર જ્ઞાન એ અવ્યક્ત આત્માની ઉપાસના હોઈ સાધકને ઉપાસના માટે કોઈ અવલંબન મળતું નથી, પોતાની તપસ્યાના સ્વાવલંબન ઉપર નભવું પડે છે. તેથી જ્ઞાનમાર્ગ જન સાધારણ માટે ક્લેશોઽધિક્તરઃ નીવડે છે એટલું જ નહિ પણ જીવનને નીરસ બનાવી મૂકે છે.

જીવ-આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપ વિષેના જ્ઞાન વિનાની ભક્તિ ભગવાનના કયા સ્વરૂપનું ધ્યાન ધરે ? એવી જ્ઞાનહીન ભક્તિ અંધશ્રદ્ધા અને વેવલાપણાનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે.

એ જ રીતે આત્મજ્ઞાન રહિત અને હૃદયની ભાવના વિનાનું કર્મ માત્ર જડ ક્રિયા બની જાય છે.

આમ ગીતા સત્ ચિત્ આનંદ-બુદ્ધિ, સંકલ્પશક્તિ અને હૃદયનો ઉમળકો એ ત્રણે બળોના સમન્વિત યોગની સાધનાની પ્રેરણા આપે છે. દૃષ્ટિપૂતમ્ ન્યસેત્ પાદમ્ । દરેક કાર્ય જ્ઞાનપૂર્વક કરવું જોઈએ; હૃદયપૂતમ્ સમાચરેત્ । જ્ઞાનથી

દોરવાએલી અને લાવનાથી રંગાએલી સંકલ્પ-શક્તિ જ ઉત્તમ પ્રગતિ સાધી શકે છે.

ગુણ ગુણેષુ વર્તન્તે । એક ગુણુ ખીન્ન ગુણુ પર પ્રભાવ પાડે છે. તમોગુણુ વધે તો તે રજસૂ અને સત્ત્વને દબાવે છે. એ જ રીતે રજોગુણુ વધતાં તમોગુણુ અને સત્ત્વગુણુ દબાય છે. અને સત્ત્વગુણુની વૃદ્ધિ થતાં તમોગુણુ અને રજોગુણુનું જોર ઓછું થાય છે. વળી દરેક ગુણુ કર્મ, જ્ઞાન કે લક્ષિતમાં એક જ વલણ દાખવે છે. જ્ઞાનમાં તમોગુણુ દાખવતી વ્યક્તિ કર્મમાં કે લક્ષિતમાં સત્ત્વગુણી નથી બની જતી.

તમોગુણી વ્યક્તિ :

કર્મમાર્ગમાં અજ્ઞાન અને આળસ દાખવે છે;  
જ્ઞાનમાર્ગમાં સ્મૃતિભ્રષ્ટ થઈ પ્રકૃતિમય બની વર્તે છે;  
લક્ષિત માર્ગમાં આર્ત-લાચાર બની યાચના કરે છે.

રજોગુણી વ્યક્તિ :

કર્મમાર્ગમાં અનેક કામનાઓ સેવી અહંકારથી  
અનેક જંતળો ઊભી કરે છે.  
જ્ઞાનમાર્ગમાં માત્ર અહંલાવી થઈને વર્તે છે;  
લક્ષિતમાર્ગમાં લગવાન પાસે લોગો જ માગે છે.

સત્ત્વગુણી વ્યક્તિ :

કર્મ માર્ગમાં રાગદ્વેષરહિત પરોપકારનાં કાર્યો કરે છે;  
જ્ઞાન માર્ગમાં બુદ્ધિ સાત્ત્વિક, સત્યશોધક હોય છે;



લક્ષિત માર્ગમાં જિજ્ઞાસાવૃત્તિ કેળવી આત્મનિષ્ઠ બને છે.

હવે, સત્ ચિત્ આનંદ-ના ત્રણે માર્ગે જીવ પ્રકૃતિથી ઊંચો કઈ રીતે ઊઠે છે તે જોઈએ.

કર્મયોગથી ગુણોત્કર્ષ થતાં પ્રકૃતિને સાત્ત્વિક પડદો નિર્મલ અને પારદર્શક બને છે તેથી તે જીવ માટે પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠવાનો માર્ગ સરળ બનાવે છે.

રજોગુણી બુદ્ધિ પ્રકૃતિની ભોગ પ્રવૃત્તિઓની ટેકેદાર બને છે. બુદ્ધિઃ કર્માનુસારિણી । એ જ બુદ્ધિ સાત્ત્વિક બનતાં તે પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓનું નેતૃત્વ કરે છે - પ્રવૃત્તિઓને જીવની જાગૃતિને અનુકૂળ બનાવે છે ને એ રીતે સાત્ત્વિક બુદ્ધિ જીવની જાગૃતિનું ઉચ્ચાલન બળ બને છે. એ રીતે જાગૃત બનેલો જીવ પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠીને પ્રથમ ઉપદ્રષ્ટા બને છે, પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓને સાક્ષીરૂપે નિહાળે છે અને પાછળથી અનુમન્તા તરીકે તે કેવળ સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિઓને જ ચાલવાની અનુમતિ-સમ્મતિ આપે છે; રજોગુણી-તમો-ગુણી પ્રવૃત્તિઓ આપોઆપ મંદ પડી જાય છે.

લક્ષિતયોગમાં વિકારી રસો શુદ્ધ થતાં તથા હૃદયની અભ્યર્થનાનો ધક્કો વાગતાં જીવ પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠવા માંડે છે.

જીવ આત્માવસ્થા પ્રાપ્ત કરીને છેવટે પરમાત્મા-  
વસ્થાએ પહોંચે-આત્મનિ જ્યો મયિ । એ યોગતું ધ્યેય છે.  
એ ધ્યેયની સિદ્ધિ માટે જીવિ, સંકલ્પશક્તિ અને હૃદયની  
ભાવના એ ત્રણે સાધનોનો સમન્વિત ઉપયોગ આવશ્યક છે.  
પરમાત્મામાં એ ત્રણે અંગો-સત્ ચિત્ આનંદ-અવિલક્ષ્ય-  
રૂપે રહેલાં હોય છે. જીવ દશામાં એ ત્રણે અંગો વિલાંબિત  
થયેલાં અને તેથી નબળાં પડી નિસ્તેજ થયેલાં-વિકૃત બનેલાં  
હોય છે.

એ અંગોની નબળાઈઓ - વિકૃતિઓ કાઢીને સત્  
ચિત્ આનંદની અવિલક્ષ્ય એવી અસલ સ્થિતિએ તેમને  
પહોંચાડવાં એ જ યોગ-સાધના છે. આ ત્રણે અંગો  
પરસ્પરાવલંબી હોવાથી એક અંગની વિકૃતિ વધતાં બીજાં  
અંગોને તે પાડે છે ને એક અંગની શુદ્ધિ બીજાં અંગોને  
ઉન્નત બનાવે છે. તેથી ત્રણે અંગોને એકત્રિત રીતે  
ઉન્નત બનાવવાની સમન્વિત સાધના એ જ પૂર્ણયોગ છે.  
એવા પૂર્ણયોગથી જ પરમપદની પ્રાપ્તિ થાય છે.

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।

કર્મિભ્યશ્ચાધિકો યોગી તસ્માદ્ યોગી ભવાર્જુન । (૬-૪૬)

તપસ્વી કરતાં પણ યોગી ચઢે છે,  
જ્ઞાની કરતાં પણ યોગી ચઢે છે,  
કર્મયોગી કરતાંય યોગી ચઢે છે,  
માટે અર્જુન ! અવશ્ય યોગી તું થા.

યોગી કર્મ, જ્ઞાન, લક્ષિત એ ત્રણેનો સમન્વય કરનાર સંવાદી પુરુષ છે.

श्रेयो हि ज्ञानम् अभ्यासात् ज्ञानाद् ध्यानम् विशिष्यते ।

શુભોત્કર્ષનો કર્મયોગ, ચેતના-જાગૃતિનો જ્ઞાનયોગ અને રસશુદ્ધિનો અનન્ય લક્ષિતવાળો ધ્યાનયોગ એ ત્રણ સાર્વભૌમ સાધનામાર્ગો ઉપરાંત ગીતાએ ચિત્તવૃત્તિ-નિરોધનો, વૃત્તિઓને જ્ઞાન્તરજ્ઞ રજોમુક્ત કરવાની માનસિક તાલીમનો ચોથો અભ્યાસયોગ બતાવ્યો છે. ચિત્તવૃત્તિઓને શાન્ત કરવાની આ તાલીમ એક વિશિષ્ટ પ્રકારની પ્રક્રિયા છે, તે મનની શુદ્ધિ અને તાલીમ પર ભાર મૂકે છે. અભ્યાસયોગ એ પ્રકૃતિની સાધના છે તેથી તે મર્યાદિત સાધનામાર્ગ નીવડે છે.

ગીતાએ સાંખ્યયોગની ઉપદ્રષ્ટા અનુમન્તા ની પ્રયુક્તિને પણ સાધનામાર્ગ તરીકે ગણાવી છે. ઉપદ્રષ્ટાની પ્રયુક્તિ જીવને પ્રકૃતિથી છૂટા પાડવાની પ્રબલ પ્રયુક્તિ છે.

આમ એકંદરે, અભ્યાસ અને વૈરાગ્યની ચિત્તવૃત્તિ-નિરોધની માનસિક સાધના, હૃદયની અભ્યર્થનાવાળી જીવની સાધના, ઉપદ્રષ્ટા અનુમન્તા તરીકે આત્માનું ધ્યાન અને છેવટે ઈશ્વરાર્પણ-ઈશ્વરશરણનું શિવોઽહમ ધ્યાન એ ત્ર્યુવિંધ સાધનાનો સુમેળ બેસાડવો એ જ યોગ સાધનાની શુરુઆત છે.

## कर्म-ज्ञान समन्वय

श्रेयान् द्रव्यमयाद् यज्ञाज् ज्ञानयज्ञः परंतप !  
 सर्वं कर्माखिलं पार्थ ! ज्ञाने परिसमाप्यते ॥ ८५ (४-३३)  
 यज्ञं ज्ञात्वा न पुनर् मोहम् एवं यास्यसि पाण्डव ! ।  
 येन भूतान्यशेषेण द्रक्ष्यस्यात्मन्यथो मयि ॥ ८६ (४-३५)  
 यस्य सर्वे समारम्भाः कामसंकल्पवर्जिताः ।  
 ज्ञानाग्निदग्धकर्माणम् तम् आहुः पण्डितं बुधाः ॥ ८७ (४-१९)

## कर्म-भक्ति समन्वय

येषां त्वन्तर्गतं पापम् जनानां पुण्यकर्मणाम् ।  
 ते द्वन्द्वमोहनिर्मुक्ता भजन्ते मां दृढव्रताः ॥ ८८ (७-२८)  
 दैवी ह्येषा गुणमयी मम माया दुरत्यया ।  
 मामेव ये प्रपद्यन्ते मायाम् एतां तरन्ति ते ॥ ८९ (७-१४)

## ज्ञान-भक्ति समन्वय

बहूनां जन्मनामन्ते ज्ञानवान् मां प्रपद्यते ।  
 'वासुदेवः सर्वम्' इति स महात्मा सुदुर्लभः ॥ ९० (७-१९)  
 तेषां सततयुक्तानाम् भजतां प्रीतिपूर्वकम् ।  
 ददामि बुद्धियोगं तम् येन माम् उपयान्ति ते ॥ ९१ (१०-१०)  
 भक्त्या माम् अभिजानाति यावान् यश्च चास्मि तत्त्वतः ।  
 ततो माम् तत्त्वतो ज्ञात्वा विशते तद् अनन्तरम् ॥ ९२ (१८-५५)

## કર્મ-જ્ઞાન સમન્વય

દ્રવ્યોના યજ્ઞથી રૂડો જાણવો જ્ઞાનયજ્ઞને;  
જ્ઞાનમાં સઘળાં કર્મ પૂરેપૂરાં સમાય છે. ૮૫

જે જાણ્યાથી ફરી આવે તને મોહ થશે નહીં,  
જેથી પેખીશ આત્મામાં-મુજમાં ભૂતમાત્ર તું. ૮૬

જેના સર્વે સમારંભો કામ-સંકલ્પ-હીન છે:  
તે જ્ઞાનીનાં બળ્યાં કર્મો જ્ઞાનાગ્નિથી, બુધો કહે. ૮૭

## કર્મ-ભક્તિ સમન્વય

પણ જે પુણ્યશાળીનાં પાપકર્મ ગળી ગયાં,  
તે દન્દ મોહ છૂટેલા મને દઢવ્રતે લજે. ૮૮

દૈવી ગુણમયી મારી માયા આ અતિ દુસ્તર:  
મારે જ શરણે આવે, તે આ માયા તરી જતા. ૮૯

## જ્ઞાન-ભક્તિ સમન્વય

ઘણાયે જન્મને અંતે જ્ઞાની લે શરણું મુજ.  
'સર્વ' આ બ્રહ્મ' જાણે તે મહાત્મા અતિ દુર્લભ. ૯૦

એવા અખંડ યોગીને લજતા પ્રીતિથી મને  
આપું તે બુદ્ધિનો યોગ જેથી આવી મળે મને. ૯૧

ભક્તિએ તત્ત્વથી જાણે, જેવો છું ને હું જેમ છું,  
તત્ત્વે આમ મને જાણી, તે લળે મુજમાં પછી. ૯૨

## ૬. કુંડલિની-જગૃતિ યોગ

શૂન્યમાંથી ચિત્શક્તિ સૃષ્ટિ રચે છે,  
ઉત્કાન્તિની તેમાં ચેતના ભરે છે,  
સૂચે જમીનમાં ને તંદ્રા લે ઝાડમાં,  
જાગે પશુમાં ને ઝળકે માનવમાં. ૧

પ્રકૃતિનો તમોમય પડદો ચીરીને  
સાત્ત્વિક પડદાને પાર કરીને  
આત્મચેતના ઊંચી ઊંચી ચઢે તે  
કુંડલિની-જગૃતિ યોગ કહેવાય છે. ૨

પ્રકૃતિ પુરુષની પ્રેરણા ઝીલીને  
ચેતનાને અનુરૂપ ઊંચી ઊઠે છે,  
અન્નમય-પ્રાણમય-મનોમય પુરુષની  
પ્રકૃતિ કંમે કંમે સૂક્ષ્મતર બને છે. ૩

કર્મયોગમાં કુંડલિની જગાડવા  
શુભ્રોત્કર્ષ સાધના પહેલું પગથિયું,  
સર્વભૂતહિત એ બીજું પગથિયું,  
લોકસંગ્રહ મિશન છે અંતિમ લક્ષ્ય. ૪

જ્ઞાનયોગમાં કુંડલિની જગાડવા  
સાત્ત્વિક બુદ્ધિ છે પહેલું પગથિયું,

સાક્ષીરૂપ ચેતના એ બીજું પગથિયું,  
શિવોડહમ્ લાન છે અંતિમ લક્ષ્ય. ૫

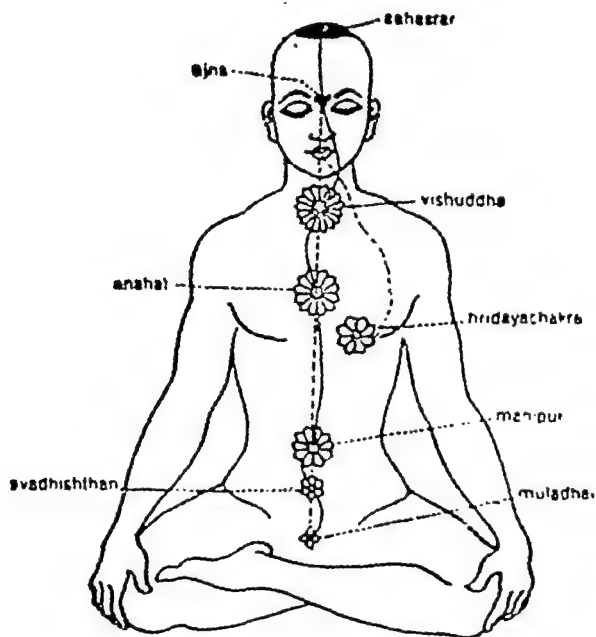
લક્ષિતયોગમાં કુંડલિની જગાડવા  
રસશુદ્ધિ સાધના પહેલું પગથિયું,  
ઉદાસીન ભાવ એ બીજું પગથિયું,  
ચિદાનંદ ભાવ છે અંતિમ લક્ષ્ય. ૬

શુષ્ણોત્કર્ષ એ રસશુદ્ધિતું. રૂપ છે,  
તપમાં રસોને કચડવા પડે છે,  
રસોને ઈશ્વર ભણી વહેવડાવી  
નિર્બંધને રામબલ લક્ષિત બક્ષે છે. ૭

તપસ્વી કરતાં પણ યોગી ચઢે છે,  
જ્ઞાની કરતાં પણ યોગી ચઢે છે,  
કર્મયોગી કરતાંયે યોગી ચઢે છે  
માટે અર્જુન ! અવશ્ય યોગી તું થા. ૮

અનન્યભાવે મને ચિન્તવે જે,  
રૂતત આદરે યોગની સાધના જે,  
કુંડલિની શક્તિને જાગૃત કરીને  
તેવા ભક્તોને વહું હું યોગક્ષેમ. ૯

## ચેતના-જાગૃતિ ચિહ્નો



Subtle Centres of Consciousness

ચક્રો માણસની ચેતના-જાગૃતિનાં ચિહ્નો છે. માણસની ચેતના કયા ચક્રમાં સ્થિર થઈ છે અથવા કયા ચક્ર સુધી પહોંચી છે એ ઉપરથી એ માણસમાં કયાં ચક્રોમાં રસ છે કે એનું મન કયાં ચોંટેલું રહે છે તેનો ખ્યાલ આવે છે.

ચક્રોના બે ભાગ પડી જાય છે. ગુદાથી નાભિ સુધીનાં ત્રણ ચક્રોનો એક ભાગ અને હૃદયથી મગજ સુધીનાં



ઉપરનાં પાંચ ચક્રોનો ખીજો ભાગ. નીચલાં ત્રણ ચક્રો એ પશુનાં ચક્રો છે ને ઉપલાં પાંચ દેવહૂતનાં ચક્રો છે.

નીચલાં ત્રણ ચક્રોમાં રસ રહે તે માણસનાં અને પશુનાં સમાન લક્ષણો ગણાવવામાં આવ્યાં છે.

આહારનિદ્રાભયમૈથુનમ્ ચ

સામાન્યમ્ એતત્ પશુભિર્ નરાણામ્ ।

આહાર, નિદ્રા, ભય અને મૈથુન એ માણસ અને પશુનાં સમાન લક્ષણો છે. નીચલાં ચક્રો એ ઇન્દ્રિય-ભોગનો રસ દર્શાવતાં ચક્રો છે.

હૃદયનું ચક્ર ભાવના, અનહત ચક્ર જીવની તાલાવેલી, વિશુદ્ધ ચક્ર વિવેક-બુદ્ધિ, મગજનું આસાચક્ર એ આત્મ-દર્શન અને છેવટે તાળવાનું સહસ્રચક્ર એ ઈશ્વર દર્શનનાં જાગૃતિ ચિહ્નો છે. એ એક એકથી ચઢિયાતા રસોનાં ચિહ્નો છે,

इन्द्रियाणि पराण्याहुर इन्द्रियेभ्यः परं मनः ।

मनस्तु परा बुद्धिर् यो बुद्धेः परतस्तु सः ॥

ઇન્દ્રિયો બળવાન છે, ઇન્દ્રિયોથી મન વધારે સૂક્ષ્મ છે, બુદ્ધિ એથીયે શ્રેષ્ઠ છે અને સૌથી શ્રેષ્ઠ આત્મા છે.

એ જ ક્રમે, ઇન્દ્રિય-ભોગના આનંદ કરતાં લાગણી દ્વારા મળતો આનંદ ઊંચો ગણાય, લાગણી કરતાં ઉચ્ચ ભાવનાનો આનંદ વધારે ચઢિયાતો, શુદ્ધ વિવેકબુદ્ધિનો આનંદ

એથી ગ્રહિયાતો, બુદ્ધિના આનંદ કરતાં નૈતિકતાનો આનંદ  
ચઢે અને નૈતિકતાના આનંદ કરતાં આધ્યાત્મિક આનંદ  
શ્રેષ્ઠ.

ભગવાને પેદા કરેલી ઇન્દ્રિયો ખરાબ નથી. પણ  
એ ઇન્દ્રિયોનો કઈ રીતે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તેના  
પર બધો આધાર છે. ઇન્દ્રિયોનો ઉપયોગ માણસ પશુ  
તરીકે પણ કરી શકે છે ને દેવહૂત તરીકે પણ કરી શકે  
છે. પશુ જેમ પાશવી પ્રેરણાને વશ થઈને ઇન્દ્રિયોના  
લોગોને લોગવે છે તેમ દેવહૂત વિવેકબુદ્ધિથી અને પ્રકૃતિના  
રસોને શુદ્ધ બનાવવાના હેતુથી ઇન્દ્રિયોના વ્યાપાર ચલાવે છે.  
પાપ-પુણ્યનો આ જ ફરક છે. શુદ્ધ અને સૂક્ષ્મ રસોને સ્થાને  
સ્થૂળ અને હલકા રસોને પસંદ કરવા એ જ પાપ છે.  
સ્થૂળ લોગોનું સૌથી ખરાબ પાસુ હોય તો એ છે કે તે  
માણસને અંતર્મુખ થવા દેતા નથી ને તેની વિવેકશક્તિ  
ખીલવા દેતા નથી.

મયાધ્યક્ષેણ પ્રકૃતિઃ સુચતે સચરાચરમ્ ।

હેતુનાનેન કૌન્તેય ! જગદ્ વિપરિવર્તતે ॥

જગત-વિકાસના હેતુ માટે ભગવાનની યોજના પ્રમાણે  
એમની પરા-પ્રકૃતિ ચરાચર વસ્તુઓમાં ઉત્ક્રાન્તિની પ્રેરણા  
મૂકીને જ સૃષ્ટિ રચે છે. એ ઉત્ક્રાન્તિ-ક્રમ આ છે :

God sleeps in the soil,  
dreams in the tree,  
awakes in the animal,  
becomes self-conscious in man.

ઈશ સૂવે જમીનમાં ને તંદ્રા લે ઝાડમાં  
વળી જાગે પશુમાં ને જાગે માનવમાં.

ઉત્ક્રાન્તિનાં સિદ્ધાન્તનો અમલ આપણે માનવોમાં  
પણ થતો અનુભવીએ છીએ.

તામસિક અન્નમય પુરુષ જાણે હમણાં જ પશુમાંથી  
માનવ બન્યો હોય તેમ પશુઓને વધારે મળતો હોય છે.

મનુષ્યરૂપેણ મૃગાશ્વરન્તિ ।

સ્વરૂપ એમનું માનવનું, પણ ગુણ બધા પશુના.

આવી તામસિકતા-જડતામાં શક્તિનો સંચાર થતાં  
શરીર અને મન બન્નેમાં બળે આવે છે. મનમાં નવી  
નવી ઊર્મિઓ, લોગેચ્છાઓ, મહત્વાકાંક્ષાઓ જાગે છે.  
અન્નમય પુરુષનો પ્રાણમય પુરુષ બને છે. પણ પ્રાણમય  
રાજસિક પુરુષ શક્તિઓને લોગોમાં ખચી નાખે છે,  
લોગોમાં રચ્યોપચ્યો રહે છે. એની લોગવૃત્તિની કોઈ  
મર્યાદા નથી હોતી, નીતિધર્મની એને પડી જ નથી હોતી.  
અન્યાયથી ધન પ્રાપ્ત કરવું, કામ-ક્રોધ-મદ-લોભથી સમાજ-  
માં ત્રાસ વર્તાવવો, લોગ શિવાય આ જગતમાં બીજી  
કશી મહત્વની વસ્તુ નથી, અરે લોગ આગળ ખુદ ઈશ્વરની

હસ્તીને પડકારવી એવાં બધાં દૂષણો... લોગપ્રધાન નર-  
રાક્ષસમાં પેદા થાય છે.

પૂર્વ-જન્મના કાંઈ પુણ્યથી અને ભગવાનની કૃપાથી  
માણસને લોગવૃત્તિ પર કાબૂ મૂકવાની સદ્બુદ્ધિ સૂઝે છે,  
અને તે મનોમય પુરુષ બને છે. સાત્ત્વિક મનોમય પુરુષ  
પ્રથમ ઇન્દ્રિયોના દમ-અંકુશ અને નિરાહાર-ઉપવાસ દ્વારા  
ઇન્દ્રિયોને સંયમમાં રાખે છે. પણ સંયમ કરતાં વધારે  
અનુકૂળ અને અસરકારક માર્ગ એ છે કે લાગણીઓને-  
રસોને ભક્તિમાં-ભગવાન પ્રત્યેના પ્રેમમાં વાળવી જેથી  
રસો શુદ્ધ બને.

મીરાં લાગો રંગ હરિ  
ઔરન સખ રંગ હટકી પરિ.

હરિ-રંગ લાગવાથી હલકા રસો સુકાઈને ખરી  
પડે છે.

રસશુદ્ધિ થતાં માણસ સાત્ત્વિક બને છે. સાત્ત્વિક  
જનને શરીરના સ્થૂળ ઉપલોગો કરતાં જ્ઞાનવર્ધનમાં,  
બુદ્ધિને સૂક્ષ્મ અને સતેજ બનાવવામાં, હૃદયની શુદ્ધ  
પ્રેમભાવના વધારવામાં, સમાજ સાથેના વ્યવહારમાં  
નીતિથી ચાલવામાં અને છેવટે, ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર કરવામાં  
રસ હોય છે. એની વૃત્તિઓ બધી સાત્ત્વિક જ્ઞાનમય અને  
પ્રેમમય બનવાથી પોતાના સંકુચિત સ્વાર્થમાં ન રાચતાં

તે સર્વ માનવો પ્રત્યે સમાનભાવે વર્તે છે, સર્વના હિતમાં યોતાનું હિત જુએ છે. આમ સાર્વિક :જનોનો અનેલો સમાજ પણ આદર્શ સમાજ બને છે. આદર્શ સમાજ બનાવવાનો આ જ સરળ સચોટ માર્ગ છે.

કુંડલિની-જગૃતિ એ પ્રકૃતિથી જીવને ઊપર ઉઠાવવાની સાધના છે. એક કાળે બંગાળના શાકતોએ-શક્તિપૂજક વાંમંભાગીઓએ આસન-પ્રાણાયામથી શરીરમાં રક્ત-સંચાર કરી કુંડલિની જગાડવાની સ્થૂળ પ્રક્રિયા બનાવી મૂકી હતી. પણ ગીતાએ જેમ પ્રકૃતિ કરતાં આત્માને ધ્યેય માનવાની પ્રેરણા આપી તેમ સાધના પણ પ્રકૃતિની કરવા કરતાં આત્મ-ચેતના જગાડવાની કરવા સૂચવ્યું છે. પ્રકૃતિને નિયમનમાં રાખવા માટે તો ગીતાએ ને મધ્યમ માર્ગ સૂચવ્યો છે.

सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज ।

अहम् त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः ॥

સર્વધર્માન્-પ્રકૃતિની સાધના

મામેકં શરણં વ્રજ-આત્માની ચેતના જગાવ

મોક્ષયિષ્યામિ-પ્રકૃતિ આત્માને અનુસરે છે. આત્મ-

ચેતનાને અનુરૂપ પ્રકૃતિ વર્તે છે. આત્મચેતના

ઊંચી ઊઠે તેમ પ્રકૃતિ શુદ્ધ થતી જાય છે.

“Growth consists in the raising of consciousness of man from the lower to the higher plane of life till the highest plane is reached. The powers, energies and operations of each man correspond to the plane of his consciousness.

In the physical man (અ-નમ્ય પુરુષ) only such powers and only so much of them are active as are sufficient for his ordinary physical life and so much mind and soul are only at play as will accord with its needs. The whole energies of his soul are not at play in the physical body and life. The secret powers of the mind are not awake in it. The bodily and the nervous energies predominate. In fact, the entire subjection of mind and life to the body is the characteristic of an under developed humanity.

All the higher faculties of man, his intellectual and psychomental powers, his higher emotional life awaken and increase in proportion as the mental plane in him presses upon him. For, the more it manifests, the more it influences the physical part. He would govern all by clarity of true knowledge, he

would be united to other beings by a sympathy of love and happiness, his emotions would be lifted to the perfection of psychomental plane, his sensations rescued from grossness, his intellect subtle, pure and flexible, delivered from the deviations of the impure vital energy and the obstructions of matter".

Shri Arvinda : Life Divine.

માણસના વ્યક્તિત્વના વિકાસનો ક્રમ એ નીચલી કક્ષાની તામસિક પ્રકૃતિમાંથી રાજસિક પ્રકૃતિમાં અને રાજસિક પ્રકૃતિમાંથી સાત્વિક પ્રકૃતિમાં પ્રવેશવાનો ક્રમ છે. અર્થાત્ તામસિક પાર્થિવ જનના શરીરપ્રધાન જ્ઞાનમાંથી નીકળી રાજસિક પ્રાણવાન પુરુષની વેગવાન પ્રવૃત્તિની ભૂમિકાએ પહોંચવું, તે આગળ વધી શુદ્ધ બુદ્ધિ અને ભાવનાની ઉચ્ચતર ભૂમિકાએ પહોંચવું અને એ રીતે નીચલી કક્ષાની જાગૃતિને સ્થાને મધ્યમ અને તેમાંથી ઉત્તમ કક્ષાની જાગૃતિને પ્રાપ્ત કરવી એ વિકાસનો ક્રમ છે. આમ વિકાસ એ જાગૃતિનો વિકાસ છે. માણસની શક્તિઓનો વિકાસ એની જાગૃતિની ભૂમિકાને અનુરૂપ હોય છે.

તામસિક પ્રકૃતિના પાર્થિવ જનમાં એ જ પ્રકારની અને એટલી જ માત્રાની શક્તિઓ ખીલેલી હોય છે કે જેવી અને જેટલી એના પાર્થિવ જીવનને ટકાવવા પૂરતી

હોય. એનાં મન અને આત્મા એટલી જ મર્યાદિત માત્રામાં પ્રવૃત્ત થયાં હોય છે કે જેટલીની આવા પાર્થિવ જીવનને જરૂર પડે. પાર્થિવ જીવન અને શરીરમાં આત્મશક્તિનો માત્ર અંશ જ પ્રવૃત્ત થયેલો હોય છે, અને મનની સુપ્ત શક્તિઓ પંજુ તેમાં સુપ્ત દશામાં રહેલી હોય છે. એમાં તો મોટે ભાગે શારીરિક શક્તિઓ અને નાડીતંત્ર કામ કરતાં હોય છે.

વાસ્તવમાં મન અને જીવન આ રીતે શરીરને પૂરી રીતે આધીન થઈને વર્તે એ અર્ધવિકસિત માનવતાનું જ લક્ષણ ગણાય; કેમકે, માણસની માનસિક ભૂમિકા જેટલી તીવ્રતાથી તેના જીવનને પ્રભાવિત કરતી હોય તેટલા જ પ્રમાણમાં તેની બધી શક્તિઓ, તેની બુદ્ધિમત્તા, ચેતના શક્તિ અને ઉચ્ચતર ઊર્મિઓ અને ભાવનાઓ જાગૃત થાય અને વૃદ્ધિ પામે. માણસની માનસિક શક્તિ જેમ જેમ વધતી જાય તે બુદ્ધિ થતી જાય તેમ તેમ તે તેના પાર્થિવ શરીરને વધારે ને વધારે પ્રભાવિત કરે છે. છેવટે, સાત્ત્વિક પ્રકૃતિ પ્રાપ્ત થઈ હોય તેવો માણસ સાચા જ્ઞાનની શુદ્ધ દૃષ્ટિથી પોતાનું આખું જીવન નિભાવતો થાય છે. પોતાના માનવ બંધુઓ સાથે તે પ્રેમ, સદ્ભાવ અને સુખસંતોષની ભાવનાથી આત્મીયતા અનુભવતો હોય છે. તેની ભાવનાઓ શુદ્ધ અને સૂક્ષ્મ બની આત્મ-દશાનો સ્પર્શ કરે છે, એની ઇન્દ્રિયો સ્થૂળ મટી સૂક્ષ્મ બને છે, અને એની બુદ્ધિ પાર્થિવ શરીરનાં અવરોધોને



વેદાવી જઈ તથા ઇન્દ્રિયોના આવેગોની અશુદ્ધ અસંરેથી મુક્ત એવી તેજસ્વી, શુદ્ધ અને સપ્રમાણ બને છે.”

— શ્રી અરવિંદ : દિવ્યભવન

अनन्यांश्च चिन्तयन्तो माम ये जनाः पयुपासते ।

तेषां नित्याभियुक्तानाम् योगक्षेमं वहाम्यहम् ॥

સાધકને શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક જરૂરિયાતો હોય છે. તે જરૂરિયાતો મેળવવા માટે. સાધના-પથની પોતાની સફરને સલામત બનાવવા માટે અને સાધનાના એકંદર સંઘર્ષમાંથી પોતાને બચાવવા માટે જગતનિયંતા પરમેશ્વર પાસે સાધક પ્રાર્થના કરે છે ને લગવાન પોતે પણ લક્ષ્મીની એવી જરૂરિયાતો પૂરી કરવાની ચિંતા કરે છે. લક્ષ્મી પણ “જો પહિરાવે સોઈ પહિરું, જો દે સોઈ ખાઉ” એવી નિઃસ્પૃહી મક્તીમાં ઈશ્વર જે રીતે ભુવાડે તે રીતે ભૂવીને પોતાને ધન્ય માને છે.

वयमिह परितुष्टा वत्कलैस्त्वम् दुकूलैः

सम इह परितोषो निर्विशेषो विशेषः ।

स हि भवति दरिद्रो यस्य तृष्णा विशाला ।

मनसि च परितुष्टे कोऽर्थवान् को दरिद्रः ॥

લગવાન લક્ષ્મીની તૃષ્ણાને ખારી માખે છે ને એ રીતે એમા માનસિક દાગિરને દૂર કરે છે, ને તેમ કરી તેની ખરી જરૂરિયાતો યોગી કરી માખે છે. બીજી બાજુએ

તે લક્ષ્મીની શક્તિઓને અનેક ઘણી વધારી મૂકે છે. જેમ જેમ કુન્ડલિની-જગૃતિ વધતી જાય છે તેમ તેમ લક્ષ્મીની પુરુષાર્થ-ક્ષમતા વધતી જાય છે. આમ સાત્ત્વિક મનોમય પુરુષની તૃણા ઘટેલી હોય છે અને આવક કરતાં ખર્ચ ઓછું થાય છે, વધારામાં ખર્ચત પણ થાય છે જે પરોપકારાર્થે અને આત્મોન્નતિ માટે તે વાપરે છે. મનોમય પુરુષ એ “સાદુ જીવન અને ઉચ્ચ વિચાર”નો નમૂનો બને છે. ભગવાન પોતાના લક્ષ્મીની જરૂરિયાતો કેવી ખૂબીથી, કેવી સૂક્ષ્મ રીતે, પૂરી પાડે છે !

માઈ મૈને ગોવિંદ લીનો મોલ !

કોઈ કહે સસ્તા, કોઈ કહે મહંગા,

લીનો તરાણુ તોલ. ગોવિંદ લીનો....૧

કોઈ કહે ઘરમેં, કોઈ કહે બનમેં,

રાધાકે સંગ ખિલોલ. ગોવિંદ લીનો....૨

મીરાં કે પ્રભુ ગિરધર નાગર,

આવત પ્રેમ કે ડોલ ગોવિંદ લીનો....૩.



૭. સાધના-પથ

જીવનનું લક્ષ્ય તું પિછાન—હો માનવી  
જીવન એ તરવાની વિધાનું નામ છે,  
લગવાને દોરો બાંધીને છોડ્યો છે,  
ઉત્સાહે તરવાનું શીખ—હો માનવી

શિવ થકી જીવ થયો ધ્યાનમાં એ રાખજે,  
સંતાકુકડીની એ તો લીલા માંડી છે.  
શિવ બની તું લીલા ઉજળ — હો માનવી

કુંડલિની-શક્તિની કર તું ઉપાસના,  
ધ્યાનયોગ એની રામબાણ સાધના.  
આત્માની ચેતના જગાવ — હો માનવી

આસન-પ્રાણામમથી સ્કુર્તિ પામીને,  
પ્રત્યાહાર-ધારણાની યુક્તિ લગાવીને  
શાન્તિનો કર તું અભ્યાસ — હો માનવી

દિલની અભ્યર્થના એ પહેલું પગથિયું,  
દિલમાં મહાધુણી ધખાવ — હો માનવી  
આત્માવસ્થાનું લાન ખીજું પગથિયું,  
સાક્ષીરૂપ લાવના દઢાવ — હો માનવી

“શિવોડહમ્” ધ્યાન એ ધ્યાનનું શિખર છે  
શિવ કૃપાનું અવતરણ થાય — હો માનવી

## (અ) અભ્યાસયોગ

ત્રેયો હિ જ્ઞાનમ્ અભ્યાસાત્ જ્ઞાનાત્ ધ્યાનમ્ વિશિષ્યતે ।

અભ્યાસયોગ કરતાં જ્ઞાનયોગ એ, જ્ઞાનયોગ કરતાં ધ્યાનયોગ.

રાજયોગને અભ્યાસયોગ કહ્યો છે. એને ચિત્તવૃત્તિ-નિરોધયોગ પણ કહેવામાં આવે છે.

રાજયોગમાં મનને શાન્ત-રજસૂ, રજોગુણથી મુક્ત કરવાનું હોય છે. ચિત્તની વૃત્તિઓ ન્યાં ન્યાં દોડતી હોય ત્યાં ત્યાંથી પાછી વાવી ચિત્તને શૂન્ય બનાવવાનું હોય છે, પાટી પર લીટા પડેલા હોય તેમને ભૂંસી નાખવાના હોય છે. આ થયો ચિત્તવૃત્તિ-નિરોધ અથવા પ્રત્યાહાર. તે પછી રજોગુણથી શાન્ત થએલા ચિત્તની ધારણા કરો - ચિત્તને કોઈ ઉત્તમ વિચાર પર કેન્દ્રિત કરો.

આમ રાજયોગના અભ્યાસમાં ચિત્તવૃત્તિને રોકવાનો પ્રત્યાહાર અને તેને સદ્વિચારમાં વાળવાની ધારણા એ એ પ્રક્રિયાઓ સમાયેલી છે. જીવનમાં કોઈ મિશન-જીવનકાર્ય-નિશ્ચિત હોય અને અંતર્મુખ થઈ ચિત્તવૃત્તિ તપાસવાની ટેવ હોય હોય તો ચિત્ત સહજ રીતે મિશનમાં ગૂંથાયેલું રહે છે, રાજયોગ સહજ બને છે.

## રાજ-યોગ

યમ-નિયમ, આસન-પ્રાણાયામ પ્રત્યાહાર-ધારણા

રાજયોગ—અભ્યાસ અને વૈરાગ્યથી મનને શાન્તરજસુ

એટલે રજોગુણથી મુક્ત કરવાની ચુકિત.

યમ-નિયમ મનને નૈતિક રીતે પવિત્ર બનાવે છે. આસન-પ્રાણાયામ શરીરની તામસિકતા-જડતા દૂર કરે છે. પ્રત્યાહાર એટલે મનને ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારોમાંથી પાછું ખેંચવું. ધારણા એટલે ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારોમાંથી પાછાં વાળેલાં મનને એકાદ વિચાર કે વસ્તુ પર એકાગ્ર કરવું.

અભ્યાસ એટલે પ્રત્યાહારનો-ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારોમાંથી મનને છૂટું કરવાનો નિયમત અને સતત મહાવરો. વૈરાગ્ય એટલે ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારોમાં મનનો રસ ઓછો થવો અને શુદ્ધ થવો.

યમ

સત્ય (મન, વચન, કર્મથી સત્ય આચાર)

અસ્તેય (ખીબ્બઓની વસ્તુ પડાવવાની ઇચ્છાનો અભાવ)

અંદ્રગ્ર્ય (સંયમ)

અપરિગ્રહ (આવશ્યકતા કરતાં વધારે સંગ્રહ કરવાની ઇચ્છાનો અભાવ)

નિયમ

તપ (કુવિચારોને ટાળવાનું માનસિક તપ)

સ્વાધ્યાય (સતત સાધના)

संतोष (अस्तेय-अपरिग्रह-परिष्ठाप)

शौच (विचार अने आचारनी शुद्धि)

धृति-प्रतिष्ठान (धृतिरनी अक्षित)

अर्जुन उवाच

चञ्चलं हि मनः कृष्ण ! प्रमाथि बलवद् दृढम् ।

तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोऽहं इव सुदुष्करम् ॥ ९३ (६-३४)

श्री भगवान् उवाच

असंशयं महाबाहो ! मनो दुर्निग्रहं चलम् ।

अभ्यासेन तु कौन्तेय ! वैराग्येण च गृह्यते ॥ ९४ (६-३५)

योगी युञ्जीत सततम् आत्मानं रहसि स्थितः ।

अेकाकी यतचित्तात्मा निराशीर् अपरिग्रहः ॥ ९५ (६-१०)

तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा यतचित्तोन्द्रियक्रियः ।

उपविश्यासने युञ्ज्याद् योगम् आत्मविशुद्धये ॥ ९६ (६-१२)

समंकायशिरोग्रीवम् धारयन् अचलं स्थिरः ।

संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन् ॥ ९७ (६-१३)

अपाने जुह्वति प्राणम् प्राणेऽपानं तथापरे ।

प्राणापानगती रुद्ध्वा प्राणायामपरायणाः ॥ ९८ (४-२९)

प्रशान्तात्मा विगतभीर् ब्रह्मचारिव्रते स्थितः ।

मनः संयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत मत्परः ॥ ९९ (६-१४)

यदा विनियतं चित्तम् आत्मन्येवावतिष्ठते ।

निःस्पृहः सर्वकामेभ्यो युक्त इत्युच्यते तदा ॥ १०० (६-१८)

यथा दीपो निवातस्थो नेङ्गते सोपमा स्मृता ।

योगिनो यतचित्तस्य युञ्जतो योगम् आत्मनः ॥ १०१ (६-१९)

यत्रोपरमते चित्तं निरुद्धम् योगसेवया ।

यत्र चौवात्मनात्मानम् पश्यन् आत्मनि तुष्यति ॥ १०२ (६-२०)

### प्रत्याहार

सङ्कल्पप्रभवान् कामान् त्यक्त्वा सर्वान् अशेषतः ।

मनसैवेन्द्रियग्रामम् विनियम्य समन्ततः ॥ १०३ (६-२४)

शनैः शनैर् उपरमेद् बुद्ध्या धृतिगृहीतया ।

आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ॥ १०४ (६-२५)

यतो यतो निश्चरति मनश्चञ्चलम् अस्थिरम् ।

ततश्च ततो नियम्येतद् आत्मन्येव वशं नयेत् ॥ १०५ (६-२६)

प्रशान्तमनसं ह्येनम् योगिनं सुखम् उत्तमम् ।

उपैति शान्तरजसम् ब्रह्मभूतम् अकल्मषम् ॥ १०६ (६-२७)

युञ्जन्नेवं सदात्मानम् योगी विगतकल्मषः ।

सुखेन ब्रह्मसंस्पर्शम् अत्यन्तं सुखम् अश्नुते ॥ १०७ (६-२८)

### धारणा

सर्वभूतस्थम् आत्मानम् सर्वभूतानि चात्मनि ।

ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥ १०८ (६-२९)

यो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च नयि पश्यति ।

तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति ॥ १०९ (६-३०)

સર્વભૂતસ્થિતં યો મામ્ ભજત્યેકવત્ આસ્યિતઃ ॥ ૧૧૦ (૬-૩૧)  
 સર્વથા વર્તમાનોઽપિ સ યોગી પ્રયિ વર્તતે ॥ ૧૧૦ (૬-૩૧)  
 આત્મીયમ્થેન સર્વત્ર સમં પદ્યતિ ચોર્જુનઃ ॥ ૧૧૧ (૬-૩૨)  
 સુખં વા યદિ વા દુઃસ્વપ્ન સ યોગી પરમો મતઃ ॥ ૧૧૧ (૬-૩૨)

### અબુન બોલ્યા

મન ચંચળ છે કૃષ્ણ, તોફાની બળવાન બહુ,  
 તેનો નિગ્રહ તો માનુ' વાયુશે કપરો ઘણો. ૧

### શ્રી ભગવાન બોલ્યા

મન ચંચળ છે, સાચે, રોકવું કપરું અતિ  
 અભ્યાસે, વળી ગૈરાચે તોયે તેને જીતાય છે. ૨

આશા-પરિગ્રહો છોડી, મન-શુદ્ધિ કરી વશ.  
 યોગીએ યોજવો આત્મા, એકાન્તે, નિત્ય, એકલા. ૩

કરીને મન એકાગ્ર રોકી ચિત્તેન્દ્રિયક્રિયા.  
 ખેસીને આસને યોગ યોજવો, આત્મશુદ્ધિનો. ૪

કાયા, મસ્તકને ડોક સીધાં, નિશ્ચળ ને સ્થિર,  
 રાખવી દૃષ્ટિ નાસાચે આસપાસ ન ભાળવું. ૫

અપા. પ્રાણને હોમે તથા પ્રાણે અપાનને.  
 અપાન-પ્રાણને રોકે પ્રાણાયામ ઉપાસકો. ૬



શાન્તવૃત્તિ, ભયે મુક્ત, મતસ્થ, મત્પરામણ્ય,  
મનને સંયમે રાખી મુજમાં ચિત્ત જોડવું. ૭

નિયમે પૂર્ણ રાખેલું ચિત્ત આત્મા વિષે ઠરે,  
નિઃસ્પૃહ કામનાથી સૌ, ત્યારે તે શુક્ત જાણવો. ૮

વાયુહીન સ્થળે જેમ હાલે ના જ્યોત દીપની,  
સંયમી આત્મયોગીના ચિત્તની ઉપમા કહી. ૯

યોગાભ્યાસે નિરોધેલું જ્યાં લે ચિત્ત વિરામને,  
જ્યાં પેખી આત્મથી આત્મા પામે સંતોષ આત્મમાં. ૧૦

### પ્રત્યાહાર

સંકલ્પે ઊઠતા કામો સંપૂર્ણ સઘળા ત્યજી,  
મનથી ઇન્દ્રિયોને સૌ બંધેથી નિયમે કરી, ૧૧

ધીરેધીરે થવું શાન્ત, ધૃતિને વશ બુદ્ધિથી,  
આત્મામાં મનને રાખી, ચિંતવવું નહિ કાંઈયે. ૧૨

જ્યાંથી જ્યાંથી ચળી જાય મન ચંચળ, અસ્થિર,  
ત્યાં ત્યાંથી નિયમે લાવી આત્મામાં કરવું સ્થિર. ૧૩

પ્રશાન્ત-મન, નિષ્પાપ, પ્રદ્વંડ્ય થયેલ તે  
શાન્ત-ચિંતાર યોગીને મળે છે સુખ ઉત્તમ. ૧૪

આમ નિષ્પાપ તે યોગી આત્માને યોજતો સદા,  
સુખેથી પ્રદ્વંડ્ય સંખંધી અત્યંત સુખ જોગવો. ૧૫

## ધારણા

યોગે થયેલ યુક્તાત્મા સર્વત્ર સમ દૃષ્ટિનો  
દેખે સૌ ભૂતમાં આત્મા ને સૌ ભૂતોય આત્મમાં. ૧૬

જે સર્વત્ર મને દેખે, સર્વને મુજમાં વળી,  
તેને વિયોગ ના મારો, મને તેનોય ના થતો. ૧૭

જે ભજે એકનિષ્ઠાથી સર્વભૂતે રહ્યા મને,  
વર્તતાં સર્વ રીતેયે તે યોગી મુજમાં રહ્યો. ૧૮

આત્મસમાન સર્વત્ર જે દેખે સમખુદ્ધિથી,  
જે આવે સુખ કે દુઃખ, તે યોગી શ્રેષ્ઠ માનવો. ૧૯

## (ચ) ત્રિવિધ ધ્યાન

ધ્યાનયોગના ત્રણ પ્રકાર છે, (૧) હૃદયની અભ્યર્થના,  
(૨) ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન (૩) શિવોડહમ્ ધ્યાન

રાજયોગ એ માનસિક સાધના છે. ધ્યાનયોગ એ  
આધ્યાત્મિક સાધના છે.

### (૧) હૃદયની અભ્યર્થના

હૃદયની અભ્યર્થનામાં દિલમાં જીવને જગાડવાની  
તાલાવેલી લગાડવાની હોય છે, જીવ પ્રકૃતિમાં દુખેલો રહે  
છે તેને પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠાવવા માટે હૃદયમાં પોષક

હાવવાનો હોય છે. હૃદયને હલાવવાનું એટલા માટે કે જીવનું સ્થાન હૃદય છે. સર્વસ્ય ચાહં હૃદિ સન્નિવિષ્ટઃ । અને તેથી જ હૃદયેન હિ સત્યમ્ જાનાતિ । હૃદયથી જ સત્ય સમજાય છે.

હૃદયની તાલાવેલી જગાડવાની બાબતમાં બે વિભૂતિઓ માર્ગદર્શન આપે છે — રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને મીરાં.

રામકૃષ્ણને એક સાધકે પૂછ્યું “ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર કઈ રીતે થાય ?” રામકૃષ્ણે તેને પૂછ્યું, “પાણીમાં ડૂબકી મારેલા માણસમાં જેવી ગૂંગળામણ થાય છે, બહાર નીકળવા જેવો તરવરાટ થાય છે એવો તરવરાટ ઈશ્વર પ્રાપ્તિ માટે તારા હૃદયમાં થાય છે ? એ માટે તારું અંતર આર્તનાદ કરીને રડે છે ખરું ? એ તરવરાટ, એવું રડવું, આર્તનાદ કરીને ઈશ્વરને પોકારવો એ જ ઈશ્વર પ્રાપ્તિનો માર્ગ છે.”

મીરાંએ તો આર્તનાદને જ ગતવ્યો છે.

(૧) જખસે તુમ બિછુડે, મેરે પ્રભુજી,  
કળહુ ન પાયો ઝૈન.

(૨) દિલમેં લગી આગ.

(૩) બિલટ લઈ મેરે નયનનકી.

મોરી લાગી લગન ગુરુચરનનકી.

- (૪) એમી લાગી લગન, મીરા હો ગઈ મગન;  
યો તો ગલી ગલી હરિગુન ગાને લગી.
- (૫) અસુઅન જલ સિંચ સિંચ પ્રેમ ખેલ ખોઈ  
મીરા પ્રભુ લગન લગી, હોની હો સો હોઈ  
મેરે તો ગિરિધર ગોપાલ દુસરા ન કોઈ ।  
હૃદયના પોકાર દ્વારા જીવને જગાડવાનું આ ધ્યાન છે.

પોકારની ધૂન : દિલથી પોકારવાની

હરે રામ હરે રામ રામ રામ હરે હરે ।  
હરે કૃષ્ણ હરે કૃષ્ણ કૃષ્ણ કૃષ્ણ હરે હરે ॥

૦ ૦ ૦

આત્મસાધનામાં મુખ્ય ભાગ જીવની જાગૃતિએ  
સજવવાનો હોય છે. જીવની જાગૃતિ માટે અને સાથે સાથે  
પ્રકૃતિની શુદ્ધિ માટે હૃદયની તાલાવેલી પૂર્વક અભ્યર્થના  
એ જ હૃદયનું ધ્યાન. હૃદયનું ધ્યાન એટલા માટે કે જીવનું  
સ્થાન હૃદય છે, હૃદયે તિષ્ઠતિ ।

હૃદય જેમ લોહીને નસોમાં વહેવડાવવા માટે પંપનું  
કામ કરે છે તેવી જ રીતે હૃદયની તાલાવેલી પ્રકૃતિની બધી  
ભાવનાઓને પરમાત્મા તરફ વહેવડાવે છે.

પંપ તરીકે હૃદય બીજું કામ જીવને પ્રકૃતિમાંથી  
અહાર ખેંચવાનું કરે છે. જીવને એ રીતે પ્રકૃતિથી છૂટો

પાડવા હૃદયમાં તીવ્ર આકાંક્ષા, તાલાવેલી નાગે છે, નાણે  
 જીવને જગાડવા માટે સતત અભ્યર્થના ચાલુ રહે છે. આ  
 અભ્યર્થના એટલી શાંત છતાં ઉચ બને છે કે નાણે ‘દિલમે’  
 લગી આગ’ જેવી પરિસ્થિતિ પેદા થાય છે. દિલની આ  
 આગની આંચ જીવને લાગે છે અને સાસ્ત્રિક પ્રકૃતિના  
 પારદર્શક અને પાતળા પડદાને ચીરીને તે બહાર નીકળે  
 છે. હવે પ્રકૃતિથી છૂટા પડેલા જીવની સાધના શરૂ થાય  
 છે, અને શિવનું અવતરણ પોતામાં થાય તેવી શિવને તે  
 પ્રાર્થના કરે છે.

જીવ મમૈવાંશઃ પોતે ઈશ્વરનો અંશ હોઈ પોતાના  
 અસલી સ્વરૂપને પહોંચવા તલપાપડ થાય છે, ચિત્-શક્તિથી  
 પોતે છૂટા પડ્યાની તીવ્ર ઝેંઝેની અનુભવે છે.

જળસે તુમ બિછુડે મેરે પ્રભુજી,  
 કબહુ ન પાયો ચૈન.

૦ ૦ ૦

ઘૂંઘટકા પટ ખોલ રે । તોહિ પિયા મિલેંગે  
 ઘટ ઘટમે વહુ સાંઈ રમતા કટુક વચન મત ખોલ રે ॥  
 ધન-જોખનકો ગરબ ન કીજૈ જૂઠા પચરંગ ચોલ રે ।  
 સુન્ન મહલમે દિયના ખારિલે આસનસોં મત ડોલ રે ॥  
 જાગ જુગુતસોં રંગ-મહલમે પિય પાયો અનમોલરે ।  
 કહૈ કબીર આનંદ લયો હૈ, ખાજત અનહુત ઢોલ રે ॥

— ૦ —

મોરી લાગી લટકે ગુરુ-ચરનનકી !

ચરન ણિના મુઝે કછુ નહીં લાવે,

ઝૂઠ માયા સખ સખનનકી. ૧

લવસાગર સખ સૂખ ગયા હૈ,

ફિકર નહીં મુઝે તરનનકી. ૨

મીરાં કહે પ્રભુ ગિરિધર નાગર !

ભલટ લઈ મોરે નયનનકી. ૩

૦ ૦ ૦

અસત્યો માંહેથી પ્રભુ ! પરમ સત્યે તું લઈ જા,

ભંડા અંધારેથી પ્રભુ ! પરમ તેજે તું લઈ જા,

મહા મૃત્યુમાંથી અમૃત સમીપે નાથ લઈ જા,

તું હીણો હું છું તો તુજ દરસનાં દાન હઈ જા,

પિતા પેલો આવે જગત વીંટતો સાગર રહે,

અને વેગે પાણી સકળ નદીનાં તે ગમ વહે;

વહે એવાં નિત્યે મુજ જીવનનાં સર્વ ઝરણાં,

દયાના પુણ્યોના તુજ પ્રભુ ! મહાસાગર ભણી.

૦ ૦ ૦

ખ્યારે દરસન દીને આજ,

તુમ ણિન રહ્યો ન જાય.

જલ ણિન કમલ, ચંદ ણિન રવની

ઐસે તુમ દેખ્યો ણિન સજની.

આકુલ વ્યાકુલ ફિરું રૈન-દિન,  
ખિરહ કલેજો ખાય

દિવસ ન ભૂખ નીંદ નહીં હતા,  
સુખસુ કથત ન આવે જોના,  
કહાં કહું કહું કહત ન આવે,  
મિલકર કપટ ખુઝાય.

ક્યોં તરસાવો અંતરયામી,  
આય મિલો કિરપા કર સ્વામી;  
મીરાં દામી જનમ જનમકી  
પડી તિહારો પાય,

૦ ૦ ૦

પાયોજી મને રામ-રતન ધન પાયો.  
વસ્તુ અમોલિક હી મેરે સતગુરુ,  
કિરપા કર અપનાયો.

૧

જનમ જનમકી પૂંજી પાઈ,  
જગમેં સહી જોવાયો.

૨

ખરચે ન ખૂટે, વાડો ચોર ન લૂટે,  
દિન દિન બઢત સવાયો.

૩

સતકી નાવ, ખેવટિયા સતગુરુ,  
લવસાગર તર આયો.

૪

મીરાંકે પ્રભુ ગિરિધર નાગર  
હરખ હરખ જસ ગાયો.

૫

## (૨) ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન

ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાનનું સ્થાન બ્રૂકુટિ છે. આ ધ્યાનમાં પોતાની ચિત્તવૃત્તિઓને તટસ્થ રીતે નિહાળો, રાજસિક વૃત્તિઓને રોકો અને બીજા જીવો સાથે તાદાત્મ્ય અનુભવો એવી ત્રિવિધ સાધના કરવાની હોય છે. પ્રકૃતિમાં જેટલી રાજસિકતા ઘટી સાત્વિકતા વધશે તેટલું તાદાત્મ્ય સધાશે. આ તાદાત્મ્યભાવ એ જ જીવની જીદાપણાની ભાવનાથી સુક્રિત કે મોક્ષ છે.

જીવે પ્રથમ આત્મા બનવું જોઈએ ને તે પછી જ તે પરમાત્મામાં ભળી શકે છે. આત્મનિ અથો મયિ ।

सर्वभूतेषु यैर्नैकम् भावम् अव्ययम् ईक्षते ।

अविभक्तम् विभक्तेषु तज ज्ञानम् विद्धि सात्त्विकम् ॥ (૧૭૨૦)

જીવે આત્મા બનવું હોય તો તેણે સાત્વિક જ્ઞાન-પૂર્વક જીદાપણાની ભાવનાવાળા જીવોમાં એક અવિભક્ત આત્માનું દર્શન કરવું જોઈએ, બધા જીવો સાથે તાદાત્મ્ય અનુભવવું જોઈએ. આ તાદાત્મ્ય અનુભવવાની સાધના એ ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન છે.

રાજસિક વૃત્તિઓને રોકવાના વ્યાયામથી પ્રકૃતિ સાત્વિક બનતી જાય છે. રાજયોગમાં મન રાજસિક વૃત્તિઓને રોકતું હતું. અહીં તટસ્થ બનેલો અનુમન્તા-આત્મા રોકે છે - નબળી પાડે છે. પ્રકૃતિ જેમ જેમ સાત્વિક



બનતી જાય છે તેમ તેમ બીજાં જીવો સાથે તાદાત્મ્યની ભૂમિકા બંધાતી જાય છે. એ ભૂમિકાને દઢ કરવા સર્વમૂતહિતે રત ની પ્રવૃત્તિ વધારતા જવું જોઈએ. સર્વમૂતહિતે રત ની પ્રવૃત્તિ એ જ તાદાત્મ્ય લાવનાની સાધના છે. આમ પોતાની પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠીને બીજાં જીવો સાથે તાદાત્મ્ય સાધવાથી જ જીવનો આત્મા બને છે ને તે પરમાત્મામાં ભળી શકે છે. એ જ સર્વમૂતહિતે રત-ની પ્રવૃત્તિનું મહત્ત્વ છે.

આત્મા ઉપદ્રષ્ટા તરીકે પ્રકૃતિથી અલિપ્ત થઈને તેની પ્રવૃત્તિઓને તટસ્થ દૃષ્ટિએ સાક્ષીરૂપે નિહાળ્યા કરે છે, તેમાં રસ લેતો નથી. પ્રકૃતિની પ્રવૃત્તિઓ તામસિક, રાજસિક કે સાત્ત્વિક છે તેનું સૂક્ષ્મ નિરીક્ષણ તે કરી શકે છે. એ જોળખાણ થયા પછી આત્મા અનુમન્તા તરીકે વર્તે છે. અનુમન્તાનું કામ પ્રકૃતિને તેની પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે અનુમતિ કે સમ્મતિ આપવાનું છે. સ્પષ્ટ છે કે અનુમતા સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિઓને ચાલવા દેવા માટે જ અનુમતિ આપે. રાજસિક કે તામસિક પ્રવૃત્તિઓ માટે નહિ. અને અનુમતિ ન મળે તો તેવી પ્રવૃત્તિઓ આપોઆપ જ શિથિલ થઈ અટકી પડે.

ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાનમાં ઉપદ્રષ્ટાના સાક્ષીરૂપ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું. પોતાની અંદર જે વિચારો ઊઠતા હોય. કે આસપાસ જે બનાવો બનતા હોય તે બધાને માત્ર સાક્ષીરૂપે જોયા કરવા, એ બધાને પોતાની અંદરની નહિ પણ

બહારની વસ્તુઓ ગણવી; નહિ સમ્મતિ, નહિ અસમ્મતિ, માત્ર જોયા જ કરવા. એ રીતે મન પોતાની મેળે શાન્ત થઈ જાય છે, તેને ખેંચતાણથી શાન્ત કરવું પડતું નથી, મનના ઉધામા પોતાની મેળે જ થાકીને શાંત પડી જાય છે. હવે અનુમન્તા તરીકે પોતાની અંદર ઊઠતા કે બહારથી આવતા વિચારોને તપાસવા અને તેમને તરત જ રોકવા, મનને એ વિચારોને વાગોળવા ન દેવા, તરત જ તેમને ફેંકી દેવા. વાગોળવા દેવાથી મન એમાં ચોંટે છે અને તેના રાગદ્વેષો સતેજ થાય છે.

એહ પરમ-પદ-પ્રાપ્તિનું ધ્યુનું ધ્યાન મેં,  
ગળ વગરનો હાલ મનોરથ રૂપ જો;  
તો પણ નિશ્ચય રાજચંદ્ર મનને રહ્યો,  
પ્રભુ-આજ્ઞાએ થાશું તે જ સ્વરૂપ જો.

— ૦ —

પ્રકૃત્યૈવ ચ કર્માણિ ક્રિયમાણાનિ સર્વશઃ ।

યઃ પश्यતિ તથાત્માનમ્ અંકતારં સ પश्यતિ ॥ ૧૧૨ (૧૩-૨૯)

કર્મણ્યકર્મ યઃ પश्यેત્ અંકર્મણિ ચ કર્મ યઃ ।

સ હૃદ્ધિમાન્ મનુષ્યેષુ સ યુક્તઃ કૃત્સ્નકર્મકૃત્ ॥ ૧૧૩ (૪-૧૮)

નાન્યં ગુણેભ્યઃ કતારમ્ યદા દ્રષ્ટ્યાનુપश्यતિ ।

ગુણેભ્યઃ પરં વેતિ મદ્ભાવં સોઽધિગચ્છતિ ॥ ૧૧૪ (૪-૧૯)

યસ્ય સર્વે સમારમ્ભાઃ કામસંકલ્પવર્જિતાઃ ॥

જ્ઞાનાગ્નિદગ્ધકર્મણમ્ સત્મ આહુઃ પ્રૌઢિતં કુવાઃ ॥ ૧૧૫ (૪-૧૯)

ગતસજ્જસ્ય મુક્તસ્ય જ્ઞાનાવસ્થિતચેતસઃ ।  
 યજ્ઞાયાચરતઃ કર્મ સમપ્રમ્ પ્રવિલીયતે ॥ ૧૧૬ (૪-૨૩)  
 યોગસ્થઃ કુરુ કર્માણિ સજ્જમ્ ત્યક્ત્વા ધનંજય ! ।  
 સિદ્ધયસિદ્ધયોઃ સમા ભૂત્વા સમત્વં યોગ ઉચ્યતે ॥ ૧૧૭ (૨-૪૮)  
 હૈવ તૈર્ જિતઃ સર્ગો યેષાં સામ્યે સ્થિતં મનઃ ।  
 નિર્દોષં હિ સમં વ્રહ્મ તસ્માત્ વ્રહ્મણિ તે સ્થિતાઃ ॥ ૧૧૮ (૫-૧૯)  
 શક્નોતીદૈવ યઃ સોદુમ્ પ્રાકૃશરીરવિમોક્ષણાત્ ।  
 કામક્રોધોદ્ભવં વેગં સ યુક્તઃ સ સુત્રી નરઃ ॥ ૧૧૯ (૫-૨૩)  
 યોઽન્તઃ સુત્રોઽન્તરારામસ્ય તથાન્તરજ્યોતિરેવ યઃ ।  
 સ યોગી વ્રહ્મનિર્વાણમ્ વ્રહ્મમૃતોઽધિગચ્છતિ ॥ ૧૨૦ (૫-૨૪)  
 યા નિશા સર્વાભૂતાનામ્ તસ્યાં જાગર્તિ સંયમી ।  
 યસ્યાં જાગ્રતિ ભૂતાનિ સા નિશા પश्यतो मुनेः ॥ ૧૨૧ (૨-૬૯)

પ્રકૃતિ તંત્રને લીધે કર્મો સર્વ થતાં રહે  
 આત્મા તો ન કરે કાંઈ આત્માનું એ જ દર્શન.

અકર્મ કર્મમાં દેખે, કર્મ દેખે અકર્મમાં  
 તે બુદ્ધિમાન મનુષ્યોમાં યોગી તે પૂર્ણ કર્મવાન.

શુભ્ર વિના ન કર્તા કે, જ્યારે દ્રષ્ટા પિંછાણતો  
 ત્રિશુભ્રાતીતને જાણે તે પામે મુજ ભાવને.

કરે જે સર્વ કર્મોને કામ-સંકલ્પ છોડીને  
 બાજ્યાં છે જ્ઞાનથી કર્મ તેને કહેવાય પંડિત.

ધૂટ્યો સંગ થયો મુક્ત, જ્ઞાનમાં સ્થિર ચિત્તનો  
યજ્ઞાર્થ કરતો કર્મો, તે કર્મો લય પામતાં.

કૃષ્ણ લાલ મળે કે ના તેમાં આસક્તિને ત્યજી  
યોગમાં રહી કર કર્મો સમતા તેજ યોગ છે.

અહિંજ જન્મને છૂટ્યા સમત્વે મન રાખીને  
નિદોષ સમ છે પ્રહ્લ પ્રહ્લમાં સ્થિર થાય તે.

પ્રયત્ને મૃત્યુપૂર્વેજ આ દેહુ છંરવી શકે  
કામક્રોધ તણા વેગો તે યોગી તે ખરો સુખી.

પ્રકાશ, સુખને શાંતિ જેને અંતરમાં મળ્યાં  
થઈને પ્રહ્લ તે યોગી પ્રહ્લ-નિર્વાણ પામતો.

રાત જે સર્વ ભૂતોની ત્યારે જાગ્રત સંયમી  
જાગે ભૂતો બધા જ્યારે જ્ઞાની યોગી તણી નિશા.

### અનુમન્તા

વિપયા વિનિવર્તન્તે નિરાહારસ્ય દેહિનઃ ।

રસવર્જં રસોડપ્યસ્ય પરં દૃષ્ટ્વા નિવર્તતે ॥ ૧૨૨ (૨-૫૬)

ધ્યાયતો વિપયાન્ પુન્સઃ સજ્જસ્ય તેષૂપજાયતે ।

સજ્ઞાત્ સજ્જાયતે કામઃ કામાત્ ક્રોધોઽભિજાયતે ॥ ૧૨૩ (૨-૬૨)

ક્રોધાદ્ ભવતિ સમ્મોહઃ સમ્મોહાત્ સ્મૃતિવિભ્રમઃ ।

સ્મૃતિત્રિંશાદ્ બુદ્ધિનાશો બુદ્ધિનાશાત્ પ્રણશ્યતિ ॥ ૧૨૪ (૨-૬૩)

નાસ્તિ બુદ્ધિર અયુક્તસ્ય ન ચાયુક્તસ્ય ભાવના ।

ન ચાભાવયતઃ શાન્તિર અશાન્તસ્ય કુતઃ સુખમ્ ॥ ૧૨૫ (૨-૬૬)

इन्द्रियाणां हि चरताम् यन्मनोऽनुविधीयते ।

तदस्य हरति प्रज्ञाम् वायુर् નાવમ્ ઇવામ્ભસિ ॥ ૧૨૬ (૨-૬૭)

### ધ્યાન

બુદ્ધ્યા વિશુદ્ધ્યા યુક્તો ધૃત્યાત્માને નિયમ્ય ચ ।

શબ્દાદીન્ વિપયાંસ્ત્યક્ત્વા રાગ દ્વેષૌ વ્યુદસ્ય ચ ॥ ૧૨૭ (૧૮-૫૧)

विविक्त-सेवी लब्धाशी यत-वाक्-काय-मानसः ।

ધ્યાનયોગપરો નિત્યઃ ગૌરામ્યં સમુપાશ્રિતઃ ॥ ૧૨૮ (૧૮-૫૨)

अहंकारं बलं दर्पं कामं क्रोधं परिग्रहम् ।

વિમુચ્ય નિર્મમઃ શાન્તો બ્રહ્મભૂયાય કલ્પતે ॥ ૧૨૯ (૧૮-૫૩)

ब्रह्म-भूतः प्रेक्षन्नात्मा न शोचति न कांक्षति ।

સમઃ સર્વેષુ ભૂતેષુ મદમક્તિં લભતે પરામ્ ॥ ૧૩૦ (૧૮-૫૪)

भक्त्या माम् अभिजानाति यावान् यश्च चास्मि तत्त्वतः ।

તતો માં તત્ત્વતો જાત્વા વિશતે તદનંતરમ્ ॥ ૧૩૧ (૧૮-૫૫)

### અનુમંતા

નિરાહાર બળે ખાદ્ય ત્યજે વિષય સાધક

ટકેલો ભીતરી સ્વાદ સુકાયે આત્મ દર્શને.

વિષયો વાગોળ્યાથી તેમાં આસક્તિ ઊપજે

જન્મે આસક્તિથી કામ, કામથી ક્રોધ નીપજે.

સપના-પથ

ક્રોધમાં મોહનાં મૂળ મોહથી સ્મૃતિ-લોપ છે  
સ્મૃતિ-લોપે બુદ્ધિ-નાશ, બુદ્ધિ-નાશે વિનાશ છે.  
અયોગીને નથી બુદ્ધિ અયોગીને ન લાવના  
લાવના વિણ શાંતિ ના વિના શાંતિ સુખેય ક્યાં ?  
વર્તતાં ઇન્દ્રિયો સ્વૈર તે પૂઠે મન દોડતું.  
તેથી નાવ સમી પ્રજા જેંચાયે વાયુથી જલે.

ધ્યાન

વિશુદ્ધ બુદ્ધિથી ચુક્ત ધૃતિથી મનને ધરી  
શબ્દાદિ વિષયો છોડી, રાગદ્વેષો બધા હણી;  
મન વાક તનુ નાથીને એકાંતે અદ્ય ખાઈને  
નિમગ્ને ધ્યાન યોગે જે દઢ ગૈરાખ્યને ધરી;  
ગળ, દર્પ, અહંકાર, કામ, ક્રોધ, પરિગ્રહ  
મમત્વ સહ છોડીને શાંતિથી બ્રહ્મમાં લળે.  
બ્રહ્મનિષ્ઠ, પ્રસન્નાત્મા કરે ના શોક કામ ના  
સમાન દ્રષ્ટિનો પામે મારી પરમ લક્ષિતને.

લક્ષિતથી તત્ત્વતઃ જાણે કોણુ હું કેવડો વળી  
તત્ત્વથી તે મને જાણી મારામાં જ લળી જતો.

## (૩) શિવોડહમ ધ્યાન

પ્રકૃતિમાં રૂએલા જીવને પોતે શિવનો અંશ, અરે પોતે શિવજ છે, શિવોડહમ એવું ભાન ન રહે, પોતે પ્રકૃતિમય હોવાનો તેને મોહ કે ભ્રમ થાય તો પોતે શિવ હોવાની સ્મૃતિનો લોપ થઈ જાય છે. જીવ પ્રથમ પ્રકૃતિથી છૂટો પડે અને પછી ઉપદ્રષ્ટા બને તો આત્મનિ અયો મયિ એ ક્રમે તે નારાયણ બનવાની ભૂમિકાએ પહોંચે છે. પોતે નારાયણ હોવાની સ્મૃતિ તેને પ્રાપ્ત થતી જાય છે. આમ સ્મૃતિભંશ થયો હોય તે નર સ્મૃતિ લાલ થતાં નારાયણ બને છે.

ઉપદ્રષ્ટા ધ્યાન સુધી આત્મા પોતે પ્રવૃત્ત થાય છે. શિવોડહમ ધ્યાનમાં શિવ પોતે સાધનાનો હવાલો સંભાળે છે, શિવ કૃપાનું અવતરણ થાય છે, ઈશ્વરનું શરણ મળે છે.

શિવોડહમ ધ્યાન એ ઈશ્વર-શરણનું ધ્યાન છે. એમાં ઉપદ્રષ્ટા શિવમાં લીન થઈ જાય છે. તેમાં શિવોડહમ-હું શિવ છું એ ભાવનું ધ્યાન ધરવાનું હોય છે. શિવોડહમ ધ્યાનમાં જીવ-ઉપદ્રષ્ટા-શિવ એ ત્રણેની જુદી જુદી ઈચ્છાઓનું મિલન થાય છે, ત્રણે ઈચ્છાઓ એકરૂપ બને છે. એટલે કે નરનો નારાયણ થાય છે; જીવની પ્રકૃતિના માવા મદમાવ બને છે.

બ્રહ્મ-નિર્વાણ અને શિવોડહમમાં આજ મુખ્ય ફરક છે. નિર્વાણમાં પ્રકૃતિ શુદ્ધ-સાત્ત્વિક બને છે, શિવોડહમમાં

પ્રકૃતિનું રૂપાંતર થાય છે પ્રકૃતિ દિવ્ય બને છે, શિવની ચિત્-શક્તિ પોતાના અસલ સ્વરૂપને પ્રાપ્ત કરે છે, શિવરૂપ બનેલો જીવ શિવના લોકસંગ્રહના વિશ્વના વિકાસ ક્રમમાં પોતે નિમિત્ત બની કાળો આપે છે.

સુને રી મૈને નિર્જલકે બલે રામ.

અપ-બલ, તપ-બલ ઔર બાહુ-બલ

ચૌથા હે બલ દામ,

સૂર કિશોર કૃપાસે સળ બલ

હારે કો હરિનામ.

જીવનો આત્મા બનતાં આત્મા પ્રકૃતિથી તટસ્થ થઈ જાય છે, પ્રકૃતિના પ્રભાવમાંથી સુકૃત બને છે, પણ પ્રકૃતિ સાત્વિક બનીને અટકી જાય છે, પ્રકૃતિનું રૂપાંતર થતું નથી. પ્રકૃતિનું રૂપાંતર પરમાત્માજ કરી શકે છે. આત્માની સ્વભાવની પ્રકૃતિને પરમાત્મા પોતાની ચિત્-શક્તિમાં ફેરવે છે. પછી તો આત્માને પોતાના મૂળ સ્વરૂપનું સત્ ચિત્ આનંદ સ્થિતિનું જ્ઞાન થાય છે.

नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा त्वत् प्रसादात् मयाऽच्युत ! ।

स्थितोऽस्मि गतसंदेहः करिष्ये वचनम् तव ॥ (૧૮-૭૩)

એ જ્ઞાન થતાં આત્માની ઇચ્છા એ પરમાત્માની ઇચ્છામાં લળી જાય છે, પરમાત્માની જગ વિકાસની લીલામાં પોતાનો કાળો આપે છે.



મને ચાકર રાખો જી !

આત્મદશા પ્રાપ્ત કરવા માટે જેમ સર્વમૂલહિતની પ્રવૃત્તિની સાધના કરવાની હોય છે તેમ શિવ બનવા આત્માએ લોકસંગ્રહની-ધર્મસંસ્થાપનની પ્રવૃત્તિને પોતાનું જીવનકાર્ય-મિશન બનાવવું રહ્યું.

ધૂન

ચિદાનંદરૂપઃ શિવોઽહમ્ શિવોઽહમ્ ।

સર્ગધર્માન્ પરિત્યજ્ય મામેકં શરણં વ્રજ ।

અહં ત્વા સર્વપાપેભ્યો મોક્ષયિષ્યામિ મા શુચઃ ॥ ૧૩૨ (૧૮-૬૬)

પદ્મં પુષ્પં ફલં તોયં યો મે ભક્ત્યા પ્રયચ્છતિ ।

તદહં ભવત્યુપહૃતમ્ અદનામિ પ્રયતાત્મનઃ ॥ ૧૩૩ (૧-૨૬)

યત્કરોપિ યદ્ અદનાસિ યત્ જુહોપિ દદાસિ યત્ ।

યત્ તપસ્યસિ કૌન્તેય ! તત્ કુરુત્વ મદર્પણમ્ ॥ ૧૩૪ (૧-૨૭)

વીતરાગભયક્રોધા મન્મથા મામ્ ઉપાશ્રિતાઃ ।

વહવો જ્ઞાનતપસા પુતા મદ્ભાવમ્ આગતાઃ ॥ ૧૩૫ (૪-૧૦)

ઇદં જ્ઞાનમ્ ઉપાશ્રિત્ય મમ સાધર્મ્યમ્ આગતાઃ ।

સર્ગેઽપિ નોપજાયન્તે પ્રલયે ન વ્યથન્તિ ચ ॥ ૧૩૬ (૧૪-૨)

અનન્યાશ્ચિન્તયન્તો મામ્ યે જનાઃ પર્યુપાસતે ।

તેપામ્ નિત્યાભિયુક્તાનામ્ યોગક્ષેમમ્ વહામ્યહમ્ ॥ ૧૩૭ (૧-૨૨)

પિતાહમ્ અસ્ય જગતો માતા ધાતા પિતામહઃ ।

ગતિર્ મર્તા પ્રભુઃ સાક્ષી નિવાસઃ શરણં સુહૃત્ ॥ ૧૩૮ (૧ ૧૭-૧૮)

મોક્ષારમ્ યજ્ઞસામ્ સર્વલોકમહેશ્વરમ્ ।

સુદૃઢં સર્વભૂતાનામ્ જ્ઞાત્વા મામ્ શાન્તિમૃચ્છતિ ॥ ૧૩૧ (૫-૨૧)

મય્યેવ મન આધત્સ્વ મયિ વુદ્ધિં નિવેશય ।

નિવસિષ્યસિ મય્યેવ અતઃ કુર્વાં ન સંશયઃ ॥ ૧૪૦ (૧૨-૮)

છોડીને સઘળા ધર્મો, મારું જ શરણું ધર;  
હું તને સર્વ પાપોથી છોડાવીશ, નચિંત થા.  
પત્ર કે પુષ્પ જે પ્રેમે, ક્ષણ કે જળ દે મને  
તે તે પવિત્ર લક્ષ્મીનું, અર્પણ આરોગ્યું પ્રેમથી.  
જે કરે, ભોગવે વા જે, જે હોમે દાન જે કરે;  
આચરે તપને વા જે, મને અર્પણ કર બધું.  
નથી તૃષ્ણા ભય ક્રોધ સેવામાં મુજ તન્મય  
થતાં જ્ઞાન તપે શુદ્ધ અનેકો મુજમાં ભળ્યાં.  
આ જ્ઞાનના બળે તેઓ થયા મારા સમોવડા  
વિશ્વો વિલાય સર્જાય રહે તેઓ અભંગ જ.  
અનન્ય ચિંતથી જેઓ કરે મારી ઉપાસના  
તે નિત્યયુક્ત લક્ષ્મીનો અલાવું યોગ ક્ષેમ હું.  
આધાર જગનો હું છું પિતા, માતા, પિતામહ  
સાક્ષી, સ્વામી સખા ભર્તા, નિવાસ, ગતિ આશરો.  
લોકતા યજ્ઞ-તપોનો હું, સર્વ-લોક-મહેશ્વર,  
સર્વ-ભૂત તણો મિત્ર બાણી તે શાંતિ પામતો.  
મનને રાખ મારામાં, મારામાં રાખ બુદ્ધિને  
તો મારામાં જ નિઃશંક, તું વસીશ હવે પછી.

યદા યદા હિ ધર્મસ્ય ગ્લાનિર્ ભવતિ ભારત ! ।

અભ્યુત્થાનમ્ અધર્મસ્ય તદાત્માનં સૃજામ્યહમ્ ॥ ૧૪૧ (૪-૭)

પરિત્રાણાય સાઘૂનામ્ વિનાશાય ચ દુષ્ક્રતામ્ ।

ધર્મસંસ્થાપનાર્થાય સમ્ભવામિ યુગે યુગે ॥ ૧૪૨ (૪-૮)

જન્મ કર્મ ચ મે દિવ્યમ્ એવં યો વેત્તિ તત્ત્વતઃ ।

ત્યક્ત્વા દેહં પુનર્જન્મ નૈતિ મામ્ એતિ સોઽર્જુન ! ॥ ૧૪૩ (૪-૯)

સર્વગુહ્યતમં ભૂયઃ શ્રુણુ મે પરમં વચઃ ।

ઇષ્ટોઽસિ મે દૃઢમિતિ તતો વક્ષ્યામિ તે હિતમ્ ॥ ૧૪૪ (૧૮-૬૪)

મન્મના ભવ મદ્મકો મદ્યાજી માં નમસ્કુરુ ।

મામ્ એવૈષ્યસિ સત્યં તે પ્રતિજાને પ્રિયોઽસિ મે ॥ ૧૪૫ (૧૮-૬૫)

### અર્જુન ઉવાચ

નષ્ટો મોહઃ સ્મૃતિર્ લબ્ધ્વા ત્વત્પ્રસાદાત્ મયાચ્યુત ।

સ્થિતોઽસ્મિ ગતસંદેહઃ કરિષ્યે વચનં તવ ॥ ૧૪૬ (૧૮-૭૩)

જ્યારે જ્યારે જગે થાય ધર્મની ગ્લાનિ, ભારત !

અધર્મ વ્યાપતો ઘોર, ત્યારે હું જન્મ ધારતો.

સંતોના રક્ષણાર્થે ને પાપીના નાશ કારણે

સ્થાપવાને ફરી ધર્મ જન્મતો હું યુગે યુગે.

દિવ્ય આ જન્મ ને કર્મો ભારાં જે ઠીક ઓળખે

દેહ જાતાં ફરી જન્મ પામે ના, મુજમાં લખે.

સર્વગૂઢ થકી ગૂઢ ફરી ઉત્તમ વાક્ય આ

સુણુ તે કહું શ્રેયાર્થ તું મને અતિશે પ્રિય.

મને, લક્ષિત મને અર્પ, મને પૂજ, મને નમ,  
મને જ પામશે નિશ્ચે, મારું વચન લે, પ્રિય.

### અનુન યોધ્યા

ટળ્યો મોહ, થયું ભાન, તમ અનુગ્રહે, પ્રભો !  
થયો છું સ્થિર નિઃશંક, કહ્યું તારું કરીશ હું.

ब्रह्मार्पणं ब्रह्म हविर् ब्रह्माग्नी ब्रह्मणा हुतम् ।  
ब्रह्मैव तेन गन्तव्यम् ब्रह्मकर्मसमाधिना ॥ १४७ (४-२४)  
परं ब्रह्म परं धाम पवित्रं परमं भवान् ।  
पुरुषं शाश्वतं दिव्यम् आदिदेवम् अजं विभुम् ॥ १४८ (१०-१२)  
आहुस् त्वाम् ऋषयः सर्वे देवर्षिर् नारदस्तथा ।  
असिता देवलो व्यासः स्वयं चैव ब्रवीषि मे ॥ १४९ (१०-१३)  
सर्वम् एतद् ऋजं मन्ये यन्मां वदसि केशव ! ।  
न हि ते भगवन् व्यक्तिम् विदुर् देवा न दानवाः ॥ १५० (१०-१४)  
स्वयम् एवात्मनात्मानं वेत्य त्वं पुरुषोत्तम ! ।  
भूतभावन ! भूतेश ! देवदेव ! जगत्पते ! ॥ १५१ (१०-१५)  
मदनुग्रहाय परमं गुह्यम् अध्यात्मसंज्ञितम् ।  
यत् त्वयोक्तं वचस् तेन मोहोऽयं विगतो मम ॥ १५२ (११-१)  
एवम् एतद् यथा त्वम् आत्मानं परमेश्वर ! ।  
द्रष्टुम् इच्छामि ते रूपम् औश्वरं पुरुषोत्तम ! । १५३ (११-२)  
मन्यसे यदि तच्छक्यम् मया द्रष्टुम् इति प्रभो ! ।  
योगेश्वर ! ततो मे त्वम् दर्शयात्मानम् अव्ययम् ॥ १५४ (११-४)

ત્વમ્ અક્ષરં પરમં વેદિત્યમ્

ત્વમ્ અસ્ય વિશ્વસ્ય પરં નિધાનમ્ ।

ત્વમ્ અવ્યયઃ શાશ્વત-ધર્મગોપ્તા

સનાતનસઃ ત્વં પુરુષો મતો મે ॥ ૧૫૫ (૧૧-૧૮)

હોમ્યું બ્રહ્મ મહિં બ્રહ્મ બ્રહ્મ બ્રહ્મજ લક્ષીને  
કર્મો બ્રહ્મ લાળે ત્યારે યોગી તે બ્રહ્મ પામતો.

પરં બ્રહ્મ, પરંધામ શ્રેષ્ઠ તે મોક્ષધામ તું  
આત્મા નિત્ય અજન્મા તું વિભુ દેવાદિ દિવ્ય તું.

ઋષિ એક સ્વરે ગાતા તથા અસિત, દેવલ,  
વ્યાસ, નારદ દેવર્ષિ તું ચ પોતે કહી રહ્યો.

માનું આ સર્વ હું સત્ય સ્વયમ્ જે મુજને કહે  
દેવ દાનવ કોઈ ચે રૂપ તારું ન જાણતા.

જાણે છે તુંજ તે તારું પ્રત્યક્ષ પુરુષોત્તમા  
દેવ-દેવા જગન્નાથ ભૂતેશા ભૂતભાવના.

કરીને કરુણા મારી જોડ્યા ગૂઢ રહસ્ય જે  
શ્રેષ્ઠ તે આત્મ-વિદ્યાથી મોહ મારો સરી ગયો.

તારું તે ઈશ્વરી રૂપ માનું જેવું તેં કહ્યું  
તેજ હું દેખવા ઇચ્છું પ્રત્યક્ષ પુરુષોત્તમ.

મારે તે રૂપને જોવું શક્ય જો માનતા, પ્રભુ !  
તો, યોગશ્વર, દેખાડો પોતાનું રૂપ શાશ્વત.

તમે પરં અક્ષર, જ્ઞેય તત્ત્વ,  
આધાર અંતે જગના તમે જ  
તમે જ છો શાસ્ત્ર-ધર્મ-પાળ  
માનું તમે છો પરમાત્મ-તત્ત્વ ૧૫૬ (૧૧-૧૮)

પિતાડસિ લોકસ્ય ચરાચરસ્ય  
ત્વમ્ અસ્ય પૂજ્યશ્ચ ગુરુ ગરીયાન્ ।  
ન ત્વત્સમોડસ્ત્યભ્યધિકઃ કુતોડન્યો  
લોકત્રયેડપ્યપ્રતિમપ્રભાવ ! ॥ ૧૫૭ (૧૧-૪૩)

તસ્માત્ પ્રણમ્ય પ્રણિધાય કાયમ્  
પ્રસાદયે ત્વામ્ અહમ્ ઈશમ્ ઈંદ્રયમ્ ।

પિતેવ પુત્રસ્ય સખેવ સહ્યુઃ  
પ્રિયઃ પ્રિયાયાર્હસિ દેવ ! સોદુમ્ ॥ ૧૫૮ (૧૧-૪૪)

અદૃષ્ટ-પૂર્વં દ્વપિતોડસ્મિ દૃષ્ટા  
ભયેન ચ પ્રવ્યથિતં મનો મે ।

તદેવ મે દર્શય દેવ ! રૂપમ્  
પ્રસીદ દેવેશ ! જગન્નિવાસ ॥ ૧૫૯ (૧૧-૪૫)

કિરીટિનં ગદિનં ચક્રહસ્તમ્  
ઇચ્છામિ ત્વામ્ દ્રષ્ટુમ્ અહં તથૈવ ।

તેનૈવ રૂપેણ ચતુર્ભુજેન  
સહસ્રવાહો ! ભવ વિશ્વમૂર્તે ! ॥ ૧૬૦ (૧૧-૪૬)

## શ્રી ભગવાન્ ડવાચ

સુદુર્દર્શમ્ ઇદં રૂપમ્ દ્રષ્ટવાન્ અસિ યન્ મમ ।

દેવા અપ્યસ્ય રૂપસ્ય નિત્યં દર્શનકાઢક્ષિણઃ ॥ ૧૬૧ (૧૧-૫૨)

નાહં વૈદૈર્ ન તપસા ન દાનેન ન ચેજ્યયા ।

શક્ય ંવંવિધો દ્રષ્ટુમ્ દ્રષ્ટવાન્ અસિ માં યથા ॥ ૧૬૨ (૧૧-૫૩)

ભક્ત્યા ત્વનન્યયા શક્ય અહમ્ ંવંવિધોમ્જુન ! ।

જ્ઞાતું દ્રષ્ટું ચ તત્ત્વેન પ્રવેષ્ટું ચ પરંતપ । ॥ ૧૬૩ (૧૧-૫૪)

મત્કર્મકૃત્ મત્પરમો મદ્ભક્તઃ સંગવર્જિતઃ ।

નિર્ગેરઃ સર્ગભૂતેષુ યઃ સ મામ્ ંતિ પાઢ્ઢવ ! ॥ ૧૬૪ (૧૧-૫૬)

તમે પિતા સ્થાવર જંગમોના

તમે જ સૌના શુરુરાજ પૂજ્ય;

સમોવડો ના, તુજથી વડો ક્યાં

ત્રણે જગે તું અતિશે અતુલ્ય.

સાષ્ટાંગ તેથી પડું પાય તારે

પ્રસન્ન થા હે સ્તવનીય-ભૂતે !

સાંખે પિતા પુત્ર, સખા સખાને

પ્રિય પ્રિયા, તેમ મનેય સાંખો.

અપૂર્વ દેખી હરખ્યો અવાર

કિંતુ મને બ્યાકુળતા છવાઈ

મને બતાવો, પ્રભુ, મૂળ રૂપ

પ્રસન્ન થાઓ; જગના નિવાસ.

હાથે ગદા ચક્ર કિરીટ માથે  
એવા જ ઇચ્છું તમને હું જોવા  
ચતુર્ભુજ રૂપ ધરો ફરી તે,  
સહસ્રખાહો ! પ્રભુ ! વિશ્વરૂપ.

### શ્રી ભગવાન જોડ્યા

અતિ દુર્લભ આ મારા રૂપને તેં નિહાળ્યું જે  
દેવોએ વાંછતા નિત્ય તે સ્વરૂપનું દર્શન.  
ન વેદોથી, ન યજ્ઞોથી, નહીં દાને, તપે નહીં  
દર્શન શક્ય આ મારું જેવું આજે તને થયું.  
અનન્ય ભક્તિથી થાયે આ મારું જ્ઞાન-દર્શન  
દર્શન થાય મારામાં પ્રવેશ તત્ત્વથી પછી.  
મારે અર્થે કરે કર્મ, મત્પરાયણ ભક્ત જે  
દ્રેષહીણ, અનાસક્ત, તે આવી મુજને મળે.

